

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛКД «Пионер»

Т.М.Ципулина

МЕНЮ

26 июля

(10 день оздоровительного заезда)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к «Сервелат»	30/15	122,0	30/20	152,0
	Каша овсяная из «Геркулеса» с маслом	200/5	223,0	250/5	275,5
	Чай черный с молоком	200	48,6	200	48,6
	Батон «Подмосковный»	30	188,0	30	188,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	168,0	50	168,0
Обед	Суп картофельный с рыбой и зеленью	250/1	181,0	300/1	253,0
	Гуляш из говядины	90/50	225,7	100//50	285,7
	Каша гречневая рассыпчатая	150	281,0	200	301,0
	Компот из ягод сушеных(курага)	200	104,0	200	104,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб «Отрубной»	30	68,1	50	150,5
Полдник	Печенье овсяное промышленного производства	35	124,0	35	124,0
	Сок фруктовый	200	78,6	200	78,6
Ужин	Помидор свежий порционно	100	23,0	100	23,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Котлета Особая	90	235,2	100	276,27
	Рагу из овощей	200	256,0	230	268,0
	Чай «Каркаде»	200	61,6	200	61,6
	Хлеб Минский	50	104,0	50	104,0
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	164,5
2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье сахарное «Топленое молоко» промышленного производства	35	146	35	146

Начальник медицинской службы

Заведующая столовой

Диетическая сестра

Л.Ф. Смольникова

О.Ю.Савельева

А.С.Санникова