

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛЖД «Пионер»

Е.М.Ципулина

МЕНЮ

19 июля

(3 день оздоровительного заезда)

	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к Сервелат	30/15	95,3	30/20	123,5
	Каша молочная пшениная жидкая с маслом	200/5	265,2	250/5	301,3
	Кофейный напиток с молоком	200	153,9	200	153,9
	Хлеб ржано-пшеничный	30	72,0	30	72,0
	Батон «Подмосковный»	30	78,3	50	130,5
Обед	Суп «Снежок» с зеленью	250/15/1	138,25	300/20/1	193,55
	Тефтели из говядины паровые	90	199,4	100	235,6
	Каша гречневая рассыпчатая	150	188,6	200	233,0
	Соус томатный	50	52,9	50	52,9
	Компот из ягод, замороженных (вишня)	200	105,0	200	105,0
	Хлеб 1 сорт	50	188	60	235,0
	Хлеб «Отрубной»	30	60,3	50	120,6
Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/25	435,0	200/25	435,0
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	78,9	200	78,9
	Фрукт (яблоко)	200	76,0	200	76,0
Ужин	Огурцы свежие порционно	100	36,9	100	36,9
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Птица, запеченная в сметане	120	277,2	120	277,2
	Рагу из овощей	200	213,8	230	267,3
	Чай черный с лимоном	200	76,6	200	76,6
	Хлеб Бородинский	50	130,0	50	130,0
	Хлеб 1 сорт	40	96,0	60	122,5
2 ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	112,5	200	112,5
	Печенье овсяное промышленного производства	35	116,0	35	116,0

/ Начальник медицинской службы
Заведующая столовой
Диетическая сестра

Л.Ф. Смольникова

О.Ю.Савельева

А.С.Санникова