

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛЖД «Пионер»

Т.М.Ципулина

МЕНЮ

18 июля

(2день оздоровительного заезда)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с сыром	30/10/15	122,2	30/10/20	152,0
	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/5	241,8	250/5	259,0
	Какао с молоком	200	153,9	200	153,9
	Хлеб ржано-пшеничный	30	70,5	30	70,5
	Батон Подмосковский	30	85,0	50	105,0
Обед	Перец болгарский свежий	60	23,8	100	53,8
	Суп из овощей свежей зеленью	250/15/1	145,5	300/20/1	203,7
	Рыба (филе) отварная с маслом	120/5	112,1	120/5	146,6
	Картофельное пюре с морковью	150	160,5	200	224,3
	Компот из ягод сушеных (курага)	200	71,0	200	71,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб Минский	30	60,3	50	120,6
Полдник	Печенье сдобное	35	132,4	35	132,4
	Молоко Тема	200	96,0	200	96,0
	Фрукт (груша)	200	94,0	200	94,0
Ужин	Салат из свеклы отварной	100	50,6	100	50,6
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Котлета домашняя	90	234,2	100	254,2
	Макаронные изделия отварные с овощами	200	309,6	230	372,2
	Чай «Каркаде»	200	48,6	200	48,6
	Хлеб 1 сорт	40	150,5	60	150,5
	Хлеб «Бородинский»	50	94,0	50	150,5
2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье «Топленое молоко» промышленного производства	35	135,0	35	135,0

Начальник медицинской службы
Заведующая столовой
Диетическая сестра

Л.Ф. Смольникова
О.Ю.Савельева
А.С.Санникова