

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛКД «Пионер»

Т.М.Ципулина

МЕНЮ

23 июля

(7 день оздоровительного заезда)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд зеленый	30/10/3	96,0	30/10/3	96,0
	Каша молочная «Дружба» с маслом	200/5	241,8	250/5	259,0
	Чай черный с молоком	200	48,6	200	48,6
	Хлеб ржано – пшеничный	30	150,5	30	150,5
	Батон Подмосковский	30	123,0	50	156,0
Обед	Суп картофельный с сыром, зеленью и гренками	250/15/1 30	203,0 124,1	300/20/1 30	284,2 124,1
	Рыба тушеная в сметанном соусе	120/50/30	130,3	120/50/30	130,3
	Картофельное пюре с морковью	150	143,6	200	169,7
	Компот из замороженных ягод (вишня)	200	160,5	200	160,0
	Хлеб 1 сорт	30	78,0	50	116,0
	Хлеб «Отрубной»	30	70,5	50	122,5
Полдник	Пряник (промышленного производства)	35	245,3	35	245,3
	Сок фруктовый (грушевый)	200	144,0	200	144,0
	Фрукт (яблоко)	200	76,0	200	76,0
Ужин	Помидоры свежие порционно	100	53,0	100	53,0
	Биточек из говядины с луком	90	212,1	100	235,7
	Перловка отварная	150	264,0	200	361,8
	Соус молочный	50	55,0	50	55,0
	Чай черный с натуральными добавками (клюква)	200	61,6	200	61,6
	Хлеб «Минский»	50	124,1	50	124,1
	Хлеб 1 сорт	40	122,5	60	188,0
2 ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	114,0	200	114,0
	Печенье сдобное Творожное Промышленного производства	35	153,0	35	153,0

/ Начальник медицинской службы
Заведующая столовой
Диетическая сестра

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