

МЕНЮ Летнего лагеря
на 10 и 11 июня 2024 г.

№ рецептуры	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции	№ рецептуры	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции
	/Б	/Ж	/У	/Ккал				/Б	/Ж	/У	/Ккал		

Ступени начального образования 7-11 лет**10.06.24г****11 день Понедельник- Комплекс /Завтрак /**

6/2013	0,66	6	3,78	72	С-т из св.капусты с яблоками	60
142/2013	1,4	3,98	6,22	66,4	Щи из св.капусты с картоф	200
479/2013	0,21	1,2	0,3	13	Сметана	8
390/2013	9,5	15,3	11,4	221	Тефтели "ёжики" с рисом	100
237/2013	8,55	7,85	37,08	253	Каша гречневая рассыпч.	150
512/2013	0,3	0	20,1	81	Компот из плод, ягод сушен.	200
108/2013	2,28	0,24	14,76	70,5	Хлеб пшеничный	30
109/2013	1,98	0,36	10,02	52,2	Хлеб ржаной	30
	24,88	34,93	103,7	829,1		778

11 день Комплекс /Полдник /

496/2013	3,6	3,3	25	144	Какао с молоком (1в)	200
550/2013	7,6	6,8	46,4	278	Шанежка наливная	100
	11,2	10,1	71,4	422		300

Итого за день на сумму:203-59

11.06.24г**12 день Вторник- Комплекс /Завтрак /**

19/2013	0,54	3,06	2,16	38,4	С-т из св.помидор.и огуров	60
156/2013	2,04	4,46	11,12	89	Суп- лапша домашняя	200
405/2013	10,2	10,1	3,07	144	Курица в соусе с томатом	90
414/2013	3,69	6,08	33,81	204,6	Рис отварной	150
503/2013	1,4	0	29	122	Кисель из конц.плод/ягодн	200
108/2013	2,28	0,24	14,76	70,5	Хлеб пшеничный	30
109/2013	1,98	0,36	10,02	52,2	Хлеб ржаной	30
	22,13	24,3	103,9	720,7		760

12 день Комплекс /Полдник /

494/2013	0,1	0	15,2	61	Чай с лимоном	200
541/2021	8,8	7,8	48	298	Булочка ванильная	100
	8,9	7,8	63,2	359		300

Итого за день на сумму:203-59

10.06.24г**11 день Понедельник- Комплекс /Завтрак /**

6/2013	1,1	10	6,3	120	С-т из св.капусты с яблоками	100
142/2013	1,75	5	7,78	83	Щи из св.капусты с картоф	250
479/2013	0,21	1,2	0,3	13	Сметана	8
390/2013	9,5	15,3	11,4	221	Тефтели "ёжики" с рисом	100
237/2013	10,26	9,4	44,5	303	Каша гречневая рассыпч.	180
512/2013	0,3	0	20,1	81	Компот из плод, ягод сушен.	200
108/2013	3,04	0,32	19,7	94	Хлеб пшеничный	40
109/2013	1,98	0,36	10,02	52,2	Хлеб ржаной	30
	28,14	41,58	120,1	967,2		908

11 день Комплекс /Полдник /

496/2013	3,6	3,3	25	144	Какао с молоком (1в)	200
550/2013	11,4	10,2	7,73	417	Шанежка наливная	150
	15	13,5	32,73	561		350

Итого за день на сумму:203-59

11.06.24г**12 день Вторник- Комплекс /Завтрак /**

19/2013	0,9	5,1	3,6	64	С-т из св.помидор.и огуров	100
156/2013	2,55	5,6	14	111	Суп- лапша домашняя	250
405/2013	11,33	11,25	3,42	160	Курица в соусе с томатом	100
414/2013	4,4	7,3	40,6	246	Рис отварной	180
503/2013	1,4	0	29	122	Кисель из конц.плод/ягоды	200
108/2013	3,04	0,32	19,7	94	Хлеб пшеничный	40
109/2013	1,98	0,36	10,02	52,2	Хлеб ржаной	30
	25,6	29,93	120,34	849,2		900

12 день Комплекс /Полдник /

494/2013	0,1	0	15,2	61	Чай с лимоном	200
541/2021	13,25	11,75	72	447,5	Булочка ванильная	150
	13,35	11,75	87,2	508,5		350

Итого за день на сумму:203-59

Директор

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Зав.про-вом

Бухгалтер