

МЕНЮ Летнего лагеря
на 13, 14 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 лет13.06.24г13 день Четверг- Комплекс /Завтрак/

5/2013	1,38	6,6	2,34	74,4	С-т из капусты с огурц. пом.	60
154/2013	1,7	4,08	11,64	90	Суп крестьянский с крупой	200
479/2013	0,21	1,2	0,3	13	Сметана	8
345/2013	12,51	1,89	8,64	102	Котлеты рыбные	90
429/2013	3,15	6,6	16,35	138	Картофельное пюре	150
507/2013	0,5	0,2	23,1	96	Компот из св. плод., ягод	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
	23,71	21,17	87,15	636,1		768

13 день Комплекс /Полдник/

501/2013	3,2	2,7	15,9	79	Кофейный напиток с мол	200
530/2021	5,8	2,3	58	276,7	Ватрушка с повидлом	100
	9	5	73,9	355,7		300

Итого за день на сумму:203-59

14.06.24г14 день Пятница- Комплекс /Завтрак/

106/2013	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи натуральные	60
161/2013	2,34	4,02	10,64	88,2	Суп-пюре из разных овощей	200
369/2013	28,4	25,3	18,1	413,5	Жаркое по-домашнему	240
508/2013	0,5	0	27	110	Компот из смеси с/фруктов	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
	36,16	30,04	82,8	748,8		760

14 день Комплекс /Полдник/

493/2013	0,1	0	15	60	Чай с сахаром	200
545/2021	8	2,8	47,8	248	Сдоба обыкновенная	100
	8,1	2,8	62,8	308		300

Итого за день на сумму:203-59

Ступени среднего образования 11-18 лет13.06.24г13 день Четверг- Комплекс /Завтрак/

5/2013	2,3	11	3,9	124	С-т из капусты с огурц. пом.	100
154/2013	2,13	5,1	14,6	112,5	Суп крестьянский с крупой	250
479/2013	0,21	1,2	0,3	13	Сметана	8
345/2013	13,9	2,1	9,6	113	Котлеты рыбные	100
429/2013	3,78	7,9	19,6	165,6	Картофельное пюре	180
507/2013	0,5	0,2	23,1	96	Компот из св. плод., ягод	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
	27,84	28,18	100,82	770,3		908

13 день Комплекс /Полдник/

501/2013	3,2	2,7	15,9	79	Кофейный напиток с мол	200
530/2021	8,75	3,5	87	415	Ватрушка с повидлом	150
	11,95	6,2	102,9	494		350

Итого за день на сумму:203-59

14.06.24г14 день Пятница- Комплекс /Завтрак/

106/2013	0,66	0,12	2,28	14,4	Овощи натуральные	60
161/2013	2,9	5,02	13,3	110	Суп-пюре из разных овощей	250
369/2013	33	29,5	21,1	482,4	Жаркое по-домашнему	280
508/2013	0,5	0	27	110	Компот из смеси с/фруктов	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
	42,08	35,32	93,4	863		860

14 день Комплекс /Полдник/

493/2013	0,1	0	15	60	Чай с сахаром	200
545/2021	12	4,2	71,7	372	Сдоба обыкновенная	150
	12,1	4,2	86,7	432		350

Итого за день на сумму:203-59

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Зав.про-вом

Бухгалтер