

МЕНЮ Летнего лагеря
на 20 и 21 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**20.06.24г****4 день Четверг- Комплекс /Завтрак /**

268/2013	5,54	8,62	32,4	229	Каша молочная рисовая	200
495/2013	1,5	1,3	15,9	81	Чай с молоком	200
573/2013	6	3,9	49,4	257	Булочка "Гребешок"	60
100/2013	3,84	3,92	0	51,5	Сыр сычуж. твердый порц	15
108/2013	2,28	0,24	14,76	70,5	Хлеб пшеничный	30
	19,16	17,98	112,5	689		505

4 день Комплекс /Обед /

17/2013	0,42	6,06	1,2	61,2	Салат из свежих огурцов	60
128/2013	1,46	4	8,52	76	Борщ с капустой и картоф.	200
479/2013	0,21	1,2	0,3	13	Сметана	8
412/2013	13,5	9,6	8,36	169,7	Котлеты припущенные	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.плодов, 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
	23,5	28,26	82,67	676,4		768

дополнит-но 4,9 9,2 22 277 Кондитерское изделие 1 шт
Итого за день на сумму:270-00**21.06.24г****5 день Пятница- Комплекс /Завтрак /**

267/2013	7,8	9,46	35,8	284	Каша молочная пшеничная	200
493/2013	0,1	0	15	60	Чай с сахаром	200
105/2013	0,05	8,25	0,16	75	Масло сливочное	10
108/2013	2,28	0,24	14,76	70,5	Хлеб пшеничный	30
112/2013	1,5	0,5	21,8	96	<u>Фрукты свежие</u>	1 шт
	11,73	18,45	87,52	585,5		545

5 день Комплекс /Обед /

6/2013	0,66	6	3,78	72	С-т из св.капусты с яблоками	60
134/2013	1,64	4,2	13	97	Рассольник ленинградский	200
479/2013	0,21	1,2	0,3	13	Сметана	8
376/20121	25,2	22,8	19,1	383	Рагу из птицы	240
519/2013	0,7	0,3	22,8	97	Напиток из шиповника	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
	32,67	35,1	83,76	784,7		768

Итого за день на сумму:270-00

20.06.24г**4 день Четверг- Комплекс /Завтрак /**

268/2013	6,59	10,8	40,5	287	Каша молочная рисовая	250
495/2013	1,5	1,3	15,9	81	Чай с молоком	200
573/2013	6	3,9	49,4	257	Булочка "Гребешок"	60
100/2013	3,84	3,92	0	51,5	Сыр сычуж. твердый порц	15
108/2013	3,04	0,32	19,7	94	Хлеб пшеничный	40
	21,28	20,24	125,5	770,5		565

4 день Комплекс /Обед /

17/2013	0,7	10,1	2	102	Салат из свежих огурцов	100
128/2013	1,82	5	10,65	95	Борщ с капустой и картоф.	250
479/2013	0,21	1,2	0,3	13	Сметана	8
412/2013	15	10,7	9,3	188,6	Котлеты припущенные	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.плодов, ягод	200
108/2013	3,04	0,32	19,7	64	Хлеб пшеничный	40
109/2013	1,98	0,36	10,02	52,2	Хлеб ржаной	30
	27,03	35,78	94,67	806,4		908

дополнит-но 4,9 9,2 22 277 Кондитерское изделие 1 шт
Итого за день на сумму:270-00**21.06.24г****5 день Пятница- Комплекс /Завтрак /**

267/2013	7,8	9,46	35,8	284	Каша молочная пшеничная	200
493/2013	0,1	0	15	60	Чай с сахаром	200
105/2013	0,05	8,25	0,16	75	Масло сливочное	10
108/2013	2,28	0,24	14,76	70,5	Хлеб пшеничный	30
112/2013	1,5	0,5	21,8	96	<u>Фрукты свежие</u>	1 шт
	12,49	18,53	92,46	609		555

5 день Комплекс /Обед /

6/2013	1,1	10	6,3	120	С-т из св.капусты с яблоками	100
134/2013	2,05	5,25	16,25	121	Рассольник ленинградский	250
479/2013	0,21	1,2	0,3	13	Сметана	8
376/2021	29,4	26,6	22,26	446,6	Рагу из птицы	280
519/2013	0,7	0,3	22,8	97	Напиток из шиповника	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
	38,48	44,03	97,63	943,8		908

Итого за день на сумму:270-00

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Зав.про-вом

Бухгалтер