

**Детский оздоровительный лагерь
«Звездный бриз»**

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛ «Звездный бриз»

Н.Н.Блац

« 5 » июля 2024г.

Меню

05 июля (12 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	122,2	30/20/10	163,0
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	200/5	200,0	250/5	254,7
	Кофейный напиток с молоком	200	98,7	200	98,7
	Хлеб Прибалтийский	30	72,0	30	72,0
	Батон «Подмосковный»	50	78,3	50	130,5
2 завтрак	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	114,0	200	114,0
Обед	Рассольник ленинградский с мясом говядины, с зеленью	200/15/1	120,0	250/20/1	150,0
	Рыба тушеная в сметанном соусе	100/42/25	221,3	120/50/30	265,0
	Картофельное пюре	150	160,45	200	214,0
	Компот из ягод замороженных (смородина)	200	59,3	200	59,3
	Хлеб 1 сорт	50	120,0	60	141,0
	Хлеб «Минский»	30	100,8	50	124,1
Полдник	Кукурузные хлопья	35	117,7	35	117,7
	Молоко кипяченое	200	127,0	200	127,0
	Фрукт (банан)	150	57,0	150	57,0
Ужин	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	42	100	70,02
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,7	2	0,7
	Котлета Школьная	90	189,0	100	210,0
	Макаронные изделия отварные	200	281,4	230	312,0
	Чай черный с натуральными добавками	200	40,0	200	40,0
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	141,0
	Хлеб «Бородинский»	50	103,0	50	104,0
2 ужин	Кисломолочный продукт «Варенец»	200	114,0	200	114,0
	Печенье овсяное промышленного производства	35	116,0	35	116,0

Заведующая столовой _____

Медицинский работник _____