



Детский оздоровительный лагерь
«Звездный Бриз»

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛ «Звездный Бриз»

Блац Н.Н.Блац

« 6 » июля 2024 г.

06 июля (13 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с джемом	30/20/10	190	30/20/1	190
	Каша молочная из смеси круп с маслом	200/5	146,9	0	175,37
	Чай чёрный с молоком	200	87,3	250/5	87,3
	Хлеб отрубной	30	72,0	200	70,5
	Батон «Подмосковный»	30	78,0	30	130,5
2 завтрак	Сок фруктовый яблоко в индивидуальной упаковке	200	92,0	200	92,0
Обед	Суп картофельный с рыбой	200/1	125,0	250/1	156,0
	Котлета домашняя	90	261,0	100	290,0
	Рагу из овощей	200	205,0	230	236,8
	Компот из сушеных ягод (курага)	200	67,0	200	67,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	141,0
	Хлеб «Прибалтийский»	30	73,5	50	122,5
Полдник	Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/25	370,5	200/25	466,5
	Сок фруктовый	200	144,0	200	144,0
	Фрукт (мандарины)	150	57,0	150	57
Ужин	Салат из отварной свеклы	60	45,0	100	75,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,7	2	0,7
	Бифштекс рубленый из мяса птицы	100	126,73	120	152,0
	Соус томатный	50	28,0	50	28,0
	Каша гречневая рассыпчатая	150	151,0	180	182
	Чай чёрный с натуральными добавками	200	40,0	200	40,0
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	141,0
	Хлеб «Минский»	50	124,1	50	124,1
2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье промышленного производства сахарное	35	146,0	35	146,0

Заведующая столовой _____

Медицинский работник _____