

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

09 июля

(16 день оздоровительного заезда)

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	112,1	30/10/20	152,0
	Каша молочная жидкая «Дружба» с маслом	200/5	193,4	250/5	259,0
	Какао с молоком	200	153,9	200	153,9
	Хлеб «Отрубной»	30	72,0	30	72,0
	Батон «Подмосковный»	30	78,3	50	105,0
2 Завтрак	Сок фруктовый (мультифрут) индивидуальная упаковка	200	112,5	200	112,5
Обед	Перец болгарский порционно	60		✓60	
	Суп из овощей с мясом птицы, с зеленью	200/15/1	115,2	250/20/1	203,7
	Рыба (филе) отварная с овощами и маслом	100/5	226,2	120/5	
	Картофельное пюре с морковью	150	131,83	200	224,3
	Компот из ягод сушеных (курага)	200	104,0	200	104,0
	Хлеб 1 сорт	50	117,5	60	235,0
	Хлеб «Минский»	30	60,3	50	120,6
Полдник	Кукурузные хлопья	35	117,7	35	132,4
	Кипяченое молоко	200	127,0	200	96,0
	Фрукт (виноград)	150	94,0	150	94,0
Ужин	Салат из белокочанной капусты и перца	60	50,6	✓ 60	84,3
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Котлета домашняя	90	234,2	100	254,2
	Макаронные изделия отварные с овощами	200	309,6	230	372,2
	Чай «Каркаде»	200	48,6	200	48,6
	Хлеб 1 сорт	40	150,5	60	150,5
	Хлеб «Бородинский»	20	94,0	40	150,5
2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье «Топленое молоко» промышленного производства	35	135,0	35	135,0

Начальник медицинской службы
Заведующая столовой



Л.Ф. Смольникова
О.Ю. Савельева