

Детский оздоровительный лагерь
«Звездный Бриз»

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛ «Звездный Бриз»

Н.Н. Блац

« 17 » июня 2024 г.

Меню

17 июня (2 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	30/15/10	122,2	30/20/10	163,0
	Каша молочная «Дружба» с маслом				
	Какао с молоком	200/5	241	250/5	241,75
	Хлеб отрубной	200	113,9	200	113,9
	Батон «Подмосковный»	30 30	70,5 78,3	30 50	70,5 130,5
2 завтрак	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	108,0	200	108,0
Обед	Перец болгарский свежий	60	16,2	100	27,0
	Суп из овощей с мясом птицы со свежей зеленью	200/15/1	95,2	250/20/1	115,0
	Рыба (филе) отварная с овощами и маслом	100/5	188,5	120/5	226,2
	Картофельное пюре с морковью	150	131,83	200	175,8
	Компот из ягод сушеных (курага)	200	67	200	67
	Хлеб 1 сорт	50	117,5	60	141,0
	Хлеб «Минский»	30	60,3	50	100,5
Полдник	Кукурузные хлопья	60	117,7	60	117,7
	Молоко кипяченое	200	127,0	200	127,0
	Фрукт (виноград)	200	114,0	200	114,0
Ужин	Салат из свеклы отварной	60	45,0	100	75,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,7	2	0,7
	Котлета домашняя	90	212,1	100	252,5
	Макаронные изделия отварные с овощами	200	271,0	230	312,0
	Чай «Каркаде»	200	40,0	200	40,0
	Хлеб 1 сорт				
	Хлеб «Бородинский»	40 50	94,0 120,0	60 50	141,0 120,0
2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье «Сахарное» промышленного производства	35	161,0	35	161,0

Заведующая столовой _____

Медицинский работник _____