

**Детский оздоровительный лагерь
«Звездный Бриз»**

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛ «Звездный Бриз»

Н.Н. Блац

2024 г.

«18» июля 2024 г.

**Меню
18 июля (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 жидкая «Дружба» с маслом	200/5	241	250/5	241,75
	Какао с молоком	200	113,9	200	113,9
	Хлеб отрубной	30	70,5	30	70,5
	Батон «Подмосковный»	30	78,3	50	130,5
	2 завтрак	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	108,0	200
Фрукт (виноград)		200	114,0	200	114,0
Обед	Перец болгарский свежий	60	16,2	100	27,0
	Щи вегетарианские со сметаной и зеленью	200/1	95,2	250/20/1	142,9
	Рыба (филе) отварная с овощами и маслом	100/5	188,5	120/5	175,8
	Картофельное пюре с морковью	150	131,83	200	
	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
	Чай с бергамотом	200	127,0	200	127,0
Ужин	Салат из белокачанной капусты и перца	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	40	94,0	60	141,0
	Хлеб «Бородинский»	50	120,0	50	120,0
	2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200
Печенье «Топленое молоко» промышленного производства		35	161,0	35	161,0

Заведующая столовой _____

Медицинский работник _____