

УТВЕРЖДАЮ
Начальник лагеря Матюхина.Н.М.



МЕНЮ

24 июля 2026

5 день

Возрастная категория с 7-11 лет

Возрастная категория с 7-11 лет						
Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Завтрак						
Бутерброд с повидлом	18/15	1,44	0,60	18,20	90,27	
Яйцо отварное	40	5,16	4,64	0,32	64,00	
Каша молочная рисовая	190	4,81	7,89	18,06	165,24	
Чай с молоком и сахаром	200	1,88	1,55	14,85	80,48	
Хлеб"Свежий" пшеничный	40	1,79	0,35	18,53	88,40	
Итого:	503	15,08	15,03	69,96	488,39	
Обед						
Солянка рыбная	220	7,65	5,71	10,57	124,32	
Болоньезе	90	7,40	14,02	5,60	153,60	
Макароны отварные	150	5,98	4,25	40,82	209,18	
Компот из яблок и лимона	200	0,50	0,00	20,36	121,28	
Хлеб ржано-пшеничный витамин.	25	1,40	0,25	14,37	69,10	
Хлеб"Свежий" пшеничный	25	1,11	0,21	11,57	55,25	
Итого:	710	24,04	24,44	103,29	732,73	
Полдник						
Запеканка из творога со сгущенным	50\5	5,18	5,46	15,01	145,64	
Чай с сахаром	200	0,14	0,04	10,02	40,86	
Йогурт 2,5% 125 гр стак. в инд.	125	2,20	2,80	10,00	58,00	
Итого:	325	7,52	8,30	35,03	244,50	
Итого за день:		46,64	47,77	208,28	1465,62	278,00

Зав. Столовой Ниязова Р.Н.

Мед. Работник

