

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Коккина И.Г.

МЕНЮ

"16" июня 2025г

День 6 (понедельник)

	Наименование	выход		белки,г		жиры,г		углеводы,г		калорийность,ккал	
		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет

Завтрак

1	Каша пшенная	200	250	5,7	7,2	5,1	6,3	27,5	34,4	178,8	223,5
2	Ватрушка с творогом	50	50	6,2	6,2	3,7	3,7	21,5	21,5	144,1	144,1
3	Сыр	10	10	2,3	2,3	3,0	3,0	0,0	0,0	35,8	35,8
4	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	200	3,9	3,9	3,8	3,8	13,7	13,7	104,9	104,9
5	Хлеб из муки пшеничной	40	60	3,0	4,5	1,2	1,7	20,6	30,8	104,7	157,0
	Итого:	500	570	21,20	24,10	16,70	18,60	83,30	100,40	568,30	665,30

Обед

1	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	100	0,8	1,4	2,5	4,1	6,0	10,0	49,3	82,2
2	Суп куриный	200	250	6,1	7,7	5,6	7,0	10,9	13,6	118,1	147,7
3	Тефтели рыбные	100	120	14,1	16,9	2,9	3,5	17,2	20,6	151,5	181,8
4	Изделия макаронные отварные	150	180	5,8	7,0	4,4	5,3	37,0	44,5	211,0	253,2
5	Напиток витаминный	200	200	0,5	0,5	0,2	0,2	17,1	17,1	71,7	71,7
6	Хлеб из муки пшеничной	60	80	4,5	6,0	1,7	2,3	30,8	41,1	157,0	209,4
7	Хлеб ржано-пшеничный	60	80	3,4	4,5	0,7	0,9	29,6	39,5	137,9	183,9
	Итого:	830	1010	35,20	43,80	17,90	23,20	148,70	186,40	896,60	1129,90

Полдник

1	Напиток вишневый	200	200	0,0	0,0	0,0	0,0	20,6	20,6	82,5	82,5
2	Печенье	20	20	1,5	1,5	2,0	2,0	14,9	14,9	83,4	83,4
	Итого:	220	220	1,50	1,50	2,00	2,00	35,50	35,50	165,90	165,90
	Итого за день			57,8	57,8	36,6	43,8	267,4	267,4	1630,8	1961,1

Зав.Производством (повар)

Начальник лагеря

Медицинский работник

Масанова Г.Р.

Захарова Е.А.

Трошина Н.А.