

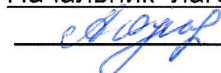
Начальник лагеря "Солнечный"

 А.Г.Озчетина

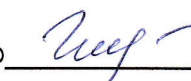
Меню для детей в лагере дневного пребывания с 12 лет "29" июля 2026 год						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		23,0	25,1	92,9	684	74,88
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	8,5	7,7	27,5	213	25,59
Бутерброд с маслом с сыром	71	5,4	9,7	10,7	147	30,31
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	14,16
Хлеб ржаной	40	0,4	0,2	8,8	38	4,82
Обед		34	32	132	950	172,67
Салат из свежих помидор с кукурузой	100	2,0	5,1	15,1	114	29,42
Рассольник ленинградский с курицей со сметаной	250/15/5	7,9	5,7	12,1	131	25,94
Гуляш из говядины	100	17,5	13,9	3,1	208	52,40
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	23,41
Сок "Яблоко"	200	0,5	0	34,0	138	28,75
Хлеб пшеничный	30	1,0	0,5	22,0	97	3,25
Хлеб витаминизированный	30	1,0	0,5	22,0	97	4,28
Хлеб ржаной	80	1,1	0,6	18,9	86	5,22
Полдник		10,6	10,8	66,8	407	54,55
Булочка	80	4,9	3,9	36,8	202	27,38
Фрукт слива	130	0,5	0,5	21,0	91	14,82
Фрукт яблоко	130	5,2	6,4	9,0	114	12,35
ИТОГО:		68	68	292	2041	302,10

Повар  Л.Н.Григорьева

Начальник лагеря "Солнечный"

 А.Г.Озчетина

Меню для детей в лагере дневного пребывания с 12 лет "29" июля 2026 год						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20,9	23,6	86,2	640	70,75
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	7,5	6,2	20,8	169	25,36
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	28,01
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	14,16
Хлеб ржаной	40	0,4	0,2	8,8	38	3,22
Обед		34	32	132	950	157,18
Салат из свежих помидор с кукурузой	100	2,0	5,1	15,1	114	29,42
Рассольник ленинградский с курицей со сметаной	250/15/5	7,9	5,7	12,1	131	25,97
Гуляш из говядины	100	17,5	13,9	3,1	208	52,40
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	21,74
Сок "Яблоко"	200	0,5	0	34,0	138	19,17
Хлеб пшеничный	30	1,0	0,5	22,0	97	2,17
Хлеб витаминизированный	30	1,0	0,5	22,0	97	2,85
Хлеб ржаной	80	1,1	0,6	18,9	86	3,46
Полдник		10,6	10,8	66,8	407	54,55
Булочка	80	4,9	3,9	36,8	202	27,38
Фрукт слива	130	0,5	0,5	21,0	91	14,82
Фрукт яблоко	130	5,2	6,4	9,0	114	12,35
ИТОГО:		65	66	285	1997	282,48

Повар  Л.Н.Григорьева