

Утверждаю:

Мед. работник: Писарева
31 июля 2026

Меню для детей в лагере дневного пребывания на 31 июля 2026г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		18	24	84	618	
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	23.07
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	17.87
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	3.52
йогурт	200	7,7	8,7	9,2	146	39.00
хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2.08
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед		32,4	29,4	229,9	909,3	
нарезка из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	12.25
Суп домашний с мясом со сметаной	250/10/5	6,9	5,2	112,0	119	31.82
Паста" Карбонара" с курицей	250	21,9	17,9	50,9	452	73.43
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	25,5	104	3.73
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2.28
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	2.08
Полдник		13,4	8,6	70	410	
вафли	50	12,7	7,9	21,0	206	19.78
Сок	200	0,2	0,2	27,5	113	20.00
булочка	50					30.00
мандарины	150	0,5	0,5	21,0	91	24.26
ИТОГО:		63	62	383	1937	306.69

Мед. Работник

Повар-бригадир

Писарева

Писарева