



Утверждаю
Директор
"10"

Ю.В.
2021г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
летнего оздоровительного лагеря
на 10 июля 2021г.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	кол-во	цена	Пищевые вещества, г					Эн.цен. ккал
				масса порции	цена	Б	Ж	У	
1	2			3	4	5	6	7	8
10 июля 2021									
14 Сб. рец. 2011	Масло сливочное масло сливочное 10	0,01	350	10	3,50р.	0,1	7,2	0,1	66
202 Сб. рец. 2011	Макаронны отварные с маслом, икра кабачковая			200/10	31,74р.				
12 Сб. рец. 2011	Сосиска отварная (порциями)	0,07	650	65	45,50р.	5,5	11,95	0,2	58,2
382 Сб. рец. 2011	Какао на цельном молоке			200	19,81р.	3,99	3,908	23,41	221,8
ПР	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	0,05	95	50/32	4,75р.	6,45	1,1	35	173
Итого за завтрак					105,29				
ОБЕД									
СБ. рец. для общ-ых учр. 2011	Винегрет			100	17,11р.	1,3	8	6,5	142
102 Сб. рец. для общ-ых учр. 2011	Суп гороховый с окорочком			250	30,66р.	4,5	5,45	13,18	158,25
265 Сб. рец. для общ-ых учр. 2011	Плов с мясом			230	42,85р.	16,49	16,86	38,54	409
338 Сб. рец. 2011	Сок			200	22,00р.	0,6	0,6	11,8	58
ПР	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	0,05	95	50	4,75р.	6,16	1,4	44,4	231,6
Полдник									231,6
338 Сб. рец. 2011	Апельсин 270	0,27	237	0,27	63,99р.	0,9	0,2	8,1	100
377 Сб. рец. 2011	Чай с сахаром и лимоном			200	3,54р.	0	0	17,8	73
ПР	Йогурт	0,115	450		51,75р.	2,5	1,2	16	85
389 Сб. рец. птов 2015	Шарлотка с яблоком				25,35р.	10,5	9,0	62,0	103,2
Итого за обед и полдник					262,00				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ					367,29				

Заместитель по АХЧ  Журавлёва А.С.