

УТВЕРЖДАЮ
Начальник лагеря

Гаделшина Э.И.

МЕНЮ на «21» июля 2025г.

(18 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Завтрак					
	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
	Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	180/5	5,18	7,00	37,21	232,71
	Пудинг творожный с повидлом	75/30	11,49	10,58	39,26	298,50
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	7,60	78,60
	Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	Итого	560	25,33	30,11	115,03	833,01
2	Обед					
	Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00
	Суп гороховый на мясном бульоне, с гренками	250/10	6,73	5,43	24,14	185,07
	Плов из отварной говядины	50/200	22,16	30,49	48,64	507,40
	Компот из изюма и яблок	200	0,35	0,08	31,85	130,20
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
	Итого	910	37,44	37,19	152,83	1063,17
3	Полдник					
	Вафли	20	0,75	6,10	12,50	108,50
	Кефир	180	5,22	4,50	7,20	90,00
	Итого	200	5,97	10,60	19,70	198,50
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00