

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛАГЕРЕЙ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ от 7 до 11 лет В ПЕРИОД ЛЕТНИХ КАНИКУЛ на 2025 год							
2 неделя							
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	2	3	4	5	6	7	8
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Завтрак							
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	0,55	0,1	1,90	11,00	№ 71 сб.2015 г.
2	Хлебцы рыбные (минтай) с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	1/100/7	14,43	10,27	7,76	181,07	№ 238 сб.2015г.
3	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	4,13	12,2	24,00	230,47	№ 312 сб.2015г.
4	Чай с лимоном*	1/200/7	0,07	0,02	15,00	60,00	№ 377 сб.2015г.
5	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90	
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00	
	ИТОГО завтрак:	694	22,58	22,99	70,91	588,44	
Обед							
1	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	0,4	0,05	0,85	5,00	№ 71 сб.2015 г.
2	Суп картофельный с бобовыми	1/250	5,49	5,27	16,54	148,25	№ 102 сб.2015г.
3	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	16,5	24,2	14,30	344,00	№ 268 сб.2015 г.
4	Овощи в молочном соусе	1/200/50	4,35	16,7	30,20	288,00	№ 317, 326 сб.2015 г.
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,66	0,09	32,01	132,80	№ 349 сб.2015г.
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00	
7	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90	
	ИТОГО обед:	940	35,6	48,46	139,30	1163,95	
Полдник							
1	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко, виноград, яблоко-виноград, мультифрукт)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40	
2	Кондитерское изделие (вафли)	1/75	5,5	7,16	36,63	232,50	
3	Фрукты свежие (яблоко) калиброванные	1/150	0,6	0,6	13,35	60,45	№ 338 сб.2015г.
	ИТОГО полдник:	425	6,2	7,96	69,58	376,35	
	ИТОГО понедельник:	2059	64,38	79,41	279,79	2128,74	