

Возрастная категория  
с 7 до 11 лет

# МЕНЮ

Утверждаю

от 14.06.2023

Начальник лагеря  
М.П.

## День 6

### ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюда	Масса порц., г	Пищевые вещества, г			Энер.цен. Ккал
			Б	Ж	У	
54-63	Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов					
347	Котлеты рубленные из птицы	60	1,98	5,58	4,8	76,92
202	Макароны отварные	90	15,4	10,8	15	210
631	Компот из свежих яблок	150	5,47	4,17	33,25	196,3
		200	0,2	0,1	17,2	68
	Хлеб йодированный					
		50	3,2	0,5	17,1	130,2
	<b>Итого</b>	<b>650</b>	<b>27,75</b>	<b>22,45</b>	<b>86,25</b>	<b>724,42</b>

### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюда	Масса порц., г	Пищевые вещества, г			Энер.цен. Ккал
			Б	Ж	У	
54	Икра морковная	80	1,68	5,84	8,32	92
101	Суп картофельный с крупой и мясом	200/18	1,6	1,54	11,6	68
291	Плов из курицы	150	38,07	31,87	62,4	706,87
58	Кисель п/ягодный	200	0	0	20	76
Пр-во	Пирожки печеные с яблоками	100	5,4	4,5	41,5	128
	Хлеб йодированный	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>49,95</b>	<b>44,25</b>	<b>160,92</b>	<b>1201,07</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>77,7</b>	<b>66,7</b>	<b>247,17</b>	<b>1925,49</b>