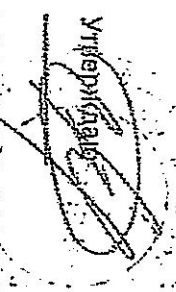
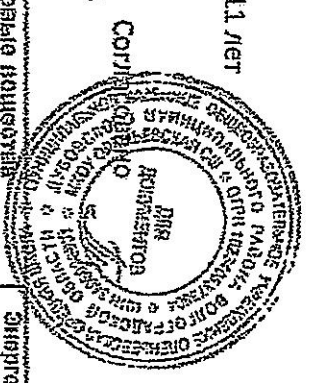


Примерное 10-ти дневное меню в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
на базе муниципальных образовательных учреждений

Утверждает: 

Б.О.С. 2023  
7 день



Завтрак

Сборник рецептур	№ рецептур	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
2004	202	КАША МОЛОЧНАЯ ФРАКТА РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТИЕ ПИЛО	200	4,8	2,9	32,0	204,8
	207	РИЗО ВАРЕНОЕ ШРУТУГО НЕЖИР	1	0,5	0,0	0,2	60,5
	208	ЧАЙ С САХАРОМ НЕЖИР И ХЛЕБА ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1	0,0	10,8	43,2
	209	ХЛЕБА ПШЕНИЧНЫЙ	60	2,7	0,3	24,2	114,8
	210	ХЛЕБА ПШЕНИЧНЫЙ	60	2,7	0,3	24,2	114,8
	211	ХЛЕБА ПШЕНИЧНЫЙ	60	2,7	0,3	24,2	114,8
<b>Обед</b>							
2004	2	ОВЕЖКА ОТВАРНАЯ	60	0,9	0,1	5,1	24,4
	140	СУП (КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (ПОРЯДНО) ТИЕ ПИЛО	200	2,1	2,7	16,0	100,8
	200	ПИЦЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТИЕ ПИЛО	180	0,3	2,8	1,6	37,8
	204	КОМПЛОТ ИЛИ САНДОИ СУХОФРУКТОВ ТИЕ ПИЛО	200	0,4	0,0	20,4	84,8
2004	0	ХЛЕБА ПШЕНИЧНЫЙ	60	2,7	0,3	24,2	114,8
	7	ХЛЕБА ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,4	16,8	70,2
<b>Итого за период питания</b>							
Всего за день			1000	10,8	10,0	180,0	871,2