

Начальник лагеря Каштанов Г.В. Каштанова  
 Утверждаю

Меню на 08.07.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	160	Суп молочный вермишелевый	200	39,39	235.0	4.4	1.7	17.3
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	2,53	107	1.56	1.30	22.52
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	2,50	76	2.64	0.44	15.04
Обед	закуска	1121	Огурец порционно	40	4,64	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	300	21,55	101	4.90	6.66	10.81
	2 блюдо	443	Плов с курицей	250	44,48	447	12.75	11.75	37.13
	напиток	685	Чай с сахаром	200	3.05	81	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	3,76	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк № 1	Хлеб ржаной	60	3,41	76	2.64	0.44	15.04
Полдник			Апельсин	230	48,79	71	5.6	6.6	12.6
	ИТОГО				174,10				

Повар: Сол /М.В.Соколова