

Утверждаю

Начальник лагеря Каштанова Г.В. Каштанова

Меню на 04.07.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	332.33	Макароны с сыром	240	38.30	279	9.81	4.3	43.2
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	9.46	145.2	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	3.76	76	2.64	0.44	15.04
			Печенье	60	22.94	96	2.10	1.50	2.10
Обед	закуска	1121	Огурец порционно	40	2.55	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	630	Суп полевой с мясом птицы	300	14.83	190	11.27	8.3	3.05
	гарнир	417	Рис отварной	200	13.24	207	9.17	7.34	26.12
	2 блюдо	451	Котлета мясная	100	22.66	185	17.68	15.70	2.19
	напиток	685	Чай с сахаром	200	4.36	81	0.20	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	40	3.04	76	2.64	0.44	15.04
	хлеб черн.	Тк.№ 1	Хлеб ржаной	40	1.50	76	2.64	0.44	15.04
Полдник			Персик	100	33.35	71	5.6	6.6	12.6

Повар: Соф /М.В.Соколова