

МЕНЮ на 15 июня 2022 г.  
Лагерь с дневным пребыванием

Утверждаю

Начальник лагеря:

*М.В. Базайкина*

М.В. Базайкина

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                          | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | закуска     | 3      | Бутерброд с сыром              | 50       |        | 139,00       | 4,73  | 6,88  | 14,56    |
|            | гор.блюдо   | 177    | Каша молочная пшенная с маслом | 200      |        | 105          | 4     | 8     | 27       |
|            | гарнир      |        |                                |          |        |              |       |       |          |
|            | гор.напиток | 393    | Чай с лимоном                  | 200      |        | 42,00        | 0,12  | 0,02  | 10,20    |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                 | 25       |        | 60           | 4     | 0     | 25       |
|            | сладкое     |        |                                |          |        |              |       |       |          |
|            |             |        | Итого:                         |          | 0,00   | 346          | 13    | 15    | 77       |
| Обед       | фрукты      |        | Банан                          | 220      |        | 190,00       | 0,00  | 0,00  | 24,00    |
|            |             |        |                                |          |        |              |       |       |          |
|            | закуска     | 60     | Нарезка из свежих овощей       | 100      |        | 34,20        | 1,10  | 2,10  | 2,70     |
|            | 1 блюдо     | 66     | Борщ с тушенкой                | 230      |        | 278          | 25    | 4     | 10       |
|            | 2 блюдо     | 243    | Сосиска отварная               | 60       |        | 297          | 13    | 32    | 3        |
|            | гарнир      | 204    | Рожки отварные                 | 150      |        | 505,00       | 13,00 | 14,00 | 87,00    |
|            | гор.напиток | 393    | Чай с лимоном                  | 200      |        | 42,00        | 0,12  | 0,02  | 10,20    |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                 | 75       |        | 121          | 4     | 0     | 25       |
|            | хлеб черн.  |        |                                |          |        |              |       |       |          |
|            | сладкое     |        | Конфета                        | 20       |        | 107,0        | 3,6   | 30,2  | 62,1     |
|            |             |        | Итого:                         |          | 151,40 | 1574,2       | 59,8  | 82,3  | 224,0    |