



## МЕНЮ

### ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

15 июня 2022

№ Рец.	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД пищевые вещества (г)	Выход (г.)	ЦЕНА (руб)
<b>ЗАВТРАК</b>			
182	<b>Каша пшеничная молочная</b> Пищевая ценность: Белки -7,51г; Жиры-11,72 г; Углеводы- 37,05г. Калорийность- 285,00 ккал	210	
382	<b>Какао с молоком</b> Пищевая ценность: Белки -3,52г; Жиры-3,72, Углеводы-25,49. Калорийность- 145,20 ккал	200	
878	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки -4,1г; Жиры 0,7г; Углеводы- 0,65г. Калорийность-97,50 ккал	50	
338	<b>Фрукт (апельсин)</b> Пищевая ценность: Белки -2,26г; Жиры-0,76 г; Углеводы- 28,50г. Калорийность- 141,76 ккал	200	
	<b>Кондитерское изделие</b> Пищевая ценность: Белки -0,025г; Жиры-0,00г; Углеводы- 19,85г. Калорийность- 80,25 ккал	25	
	<b>Итого</b>	685	
<b>ОБЕД</b>			
71	<b>Овощи натуральные свежие ( порционные)</b> Пищевая ценность: Белки -1,0 г; Жиры- 0,40 г; Углеводы- 2,30 г. Калорийность- 21 ккал	100	
88	<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки-2,0г; Жиры-4,90г; Углеводы- 15,20г. Калорийность-112 ккал.	250	
246	<b>Гуляш из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки-26,5г; Жиры-16,70г; Углеводы- 3,48г; Калорийность- 346,00ккал.	90	
304	<b>Рис отварной</b> Пищевая ценность: Белки -5,82г; Жиры-9,74г; Углеводы-50,00г. Калорийность-298,47.	200	
377	<b>Чай сладкий с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,13г; Жиры-0,02г; Углеводы-15,23г; Калорийность-62,00ккал.	200	
879	<b>Хлеб ржаной</b> Пищевая ценность: Белки-2,64г; Жиры-0,48г; Углеводы-0,48г. Калорийность- 72,4 ккал	40	
878	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки -4,1г; Жиры-0,70г; Углеводы-0,65г. Калорийность-97,50ккал	50	
	<b>Итого</b>	930	
	<b>Стоимость</b>		<b>151,40</b>