

Утверждаю  
Начальник лагеря Каштанова Г.В. Каштанова

Меню на 10.07.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная молочная	200	21,18	187.0	3.07	2.77	0.15
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	6,59	145.2	0.00	0.00	14.60
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	3,76	76	2.64	0.44	15.04
		тк	Батон	40	3,28	42	1.20	0.48	8.24
			Сыр порционнo	28	18,00	72	5.30	5.50	0.00
Обед	закуска	112 1	Салат из свежих овощей	100	13,56	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	630	Суп полевой из мяса кур	300	21,28	190	11.27	8.30	3.05
	2 блюдо	286	Биточки	100	20,85	223	11.78	12.91	14.9
	Гарнир	124	Рис отварной	200	16,54	166.99	4.20	4.40	26.90
	напиток	685	Чай с сахаром	200	4,74	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			Персик	100	37,15	100	2.20	0.00	16.40
<b>ИТОГО</b>					<b>174,10</b>				

Повар: Соколова /М.В.Соколова