

Утверждаю  
Начальник лагеря Каштанова Г.В. Каштанова

Меню на 11.07.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша молочная пшеничная	200	24,73	306	8.8	7.62	50.5
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	6,59	145	3.52	3.72	25.49
	хлеб бел.	тк	Хлеб пшеничный	60	3.76	76	2.64	0.44	15.04
			Печенье	50	16,93	60	6.2	5	33.1
Обед	закуска	1121	Салат из свежих томатов	90	12,36	97	0.5	4.5	3.5
	1 блюдо	630	Суп крестьянский с мясом птицы	300	19,50	190	11.27	8.30	3.05
	2 блюдо	487	Птица отварная	100	27,96	223	22.30	14.20	0.00
	гарнир	332	Макаронны отварные	200	17,70	208	5.50	4.07	35.30
	напиток	648	Кисель из концентрата	200	6,56	116	1.36	0.00	29.02
	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
П о л д н и к			Конфеты	70	30,84	60	6.20	5.00	33.10
ИТОГО					174,10				

Повар: Соколова /М.В.Соколова