

МЕНЮ на 09 июня 2022 г.
Лагерь с дневным пребыванием

Утверждаю

Начальник лагеря с _____ М.В. Базайкина

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углево ды
Завтрак	закуска	3	Бутерброд с сыром	50		139,00	4,73	6,88	14,56
	гор.блюдо	177	Каша молочная рисовая с маслом	200	21,06	105	4	8	27
	гарнир				22,68				
	гор.напиток	393	Чай с лимоном	200		42,00	0,12	0,02	10,20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	5,79	121	4	0	25
	сладкое				4,20				
					53,73	407	13	15	77
Обед	фрукты		Банан	213	27,12	190,00	0,00	0,00	24,00
	закуска	60	Салат из свежих овощей	100	13,74	90,00	1,00	8,00	4,00
	1 блюдо	102	Суп гороховый с тушенкой	250	12,94	318	12	13	5
	2 блюдо	305	Котлета из мяса птицы паровая	50	15,03	149	8	14	14
	гарнир	302	Гречка отварная	180	7,43	164,00	7,00	1,00	40,00
	гор.напиток	348	Компот из свежих яблок	200	17,29	79,00	1,00	0,00	20,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	4,12	121	4	0	25
	хлеб черн.								
	сладкое		Итого:						
			Итого:		97,67	1111,0	33,0	36,0	132,0

151,40