



## МЕНЮ

### ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

12 июня 2022

№ Рец.	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД пищевые вещества (г)	Выход (г.)	ЦЕНА (руб)
<b>ЗАВТРАК</b>			
168	<b>Каша гречневая вязкая с маслом</b> Пищевая ценность: Белки -6,21г; Жиры-5,28 г; Углеводы- 32,79 г. Калорийность-203,00 ккал	210	
342	<b>Компот из свежих плодов</b> Пищевая ценность: Белки -0,16г; Жиры-0,16г; Углеводы-27,88г. Калорийность- 114,60 ккал	200	
878	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки -4,1г; Жиры 0,7г; Углеводы- 0,65г. Калорийность- 97,50 ккал	50	
	<b>Кондитерское изделие</b> Пищевая ценность: Белки -3,64г; Жиры-6,79г; Углеводы- 30,40г. Калорийность- 195,00 ккал	20	
338	<b>Фрукт (банан)</b> Пищевая ценность: Белки -2,26г; Жиры-0,76 г; Углеводы- 28,50г. Калорийность- 141,76 ккал	200	
	<b>Итого</b>	680	
<b>ОБЕД</b>			
14	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов</b> Пищевая ценность: Белки -1,13г; Жиры- 6,19 г; Углеводы- 4,72 г. Калорийность- 79,10 ккал	100	
88	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> Пищевая ценность: Белки-1,75г; Жиры-4,89г; Углеводы- 8,49г. Калорийность-84,75 ккал.	250	
321	<b>Рагу из овощей</b> Пищевая ценность: Белки-2,75г; Жиры-13,20г; Углеводы-17,33г; Калорийность-199,20 ккал.	180	
293	<b>Птица запеченная</b> Пищевая ценность: Белки-22,06г; Жиры-18,23г; Углеводы-5,88г. Калорийность-276,25 ккал.	100	
376	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки -0,20г; Жиры-; Углеводы-14,00; Калорийность-28,00ккал	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-97,50 ккал	50	
	<b>Итого</b>	920	
	<b>Стоимость</b>		<b>151,40</b>