

МЕНЮ НА 04.06.2024 НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры или технологической карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
7 день	Завтрак						7 день
	Бутерброд с маслом шоколадным	30	1.200	12.500	7.400	147.000	94
	Сырники из творога со сгущенным молоком	180	18.000	13.880	23.250	289.500	321
	Какао с молоком	200	3.3	3.3	25	144	496
	Итого завтрак:	410	22.500	29.680	55.650	580.500	
	Второй завтрак						
	Молоко 3,2%	200	5.80	5.00	9.60	106.000	515
	Батон нарезной	20	1.500	0.580	10.280	52.400	111
	Итого второй завтрак:	220	7.300	5.580	19.880	158.400	
	Обед						
	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0.600	7.200	2.160	44.400	19
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2.540	6.500	8.100	99.200	142
	Оладьи из печени	90	15.570	10.530	10.620	199.800	399
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7.800	17.100	34.500	253.050	237
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.500	0.000	27.000	110.000	508
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.980	0.360	10.200	54.300	110
	Батон нарезной	20	1.500	0.580	10.280	52.400	111
	Итого обед:	820	30.490	42.270	102.860	813.150	
	Полдник						
	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	0.20	92.000	518
	Апельсин (поштучно)	150	1.350	0.300	12.150	64.500	112
	Конфета Рулик	80	1.000	1.200	28.000	148.000	588
	Итого полдник:	430	3.350	1.700	40.350	304.500	
	Итого за день:	1915	63.700	79.600	218.000	1.856.600	

стоимость 357,50