



Утверждаю

Начальник лагеря дневного пребывания

«Родничок»

А.Н. Халиманова

2023 г.

Меню

« 13 » июня 2023г.

Завтрак учащихся 7-11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 8								
ЗАВТРАК	Пудинг из творога с рисом	180	19,30	13,61	23,80	295,51	236	75,95
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,69
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	1,17
	Какао с молоком	200	4,72	4,09	11,36	104,17	240	12
	Яблоко	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1	8,58
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		591	27,89	18,96	83,28	624,87		100,39
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,02	4,60	15,44	111,76	18/2	12,48
	Плов из птицы (курица)	190	14,97	18,56	34,41	366,45	304	43,08
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	7,9
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,69
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	1,17
	Компот из сушеных фруктов	200	2,60	0,00	41,46	176,28	376	5,55
	ИТОГО ЗА ОБЕД		716	23,36	23,84	127,02	820,53	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1307	51,25	42,8	210,3	1445,4		173,26

Повар