

Утверждаю
Начальник лагеря дневного пребывания
«Родничок»

А.Д. Халиманова
2023 г.

« _____ »

Меню
« 19 » июня 2023г.



7-11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 13								
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200	7,90	7,82	28,20	214,8	2/41	22,56
	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	204	13,11
	Сыр (порциями)	16	3,68	4,64	0,00	56,48	205	14,04
	Чай с сахаром	180	0,16	0,00	9,02	37,48	392	3,68
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,69
	Апельсин	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1	16,02
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		598	14,96	24,55	74,3	584,55		72,1
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	2,08	6,14	11,46	109,84	57	12,53
	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	14,84	13,64	22,68	274,36	302	59,34
	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	48	1,54	0,10	22,46	97,1	879	1,17
	Компот из сушеных фруктов	200	2,60	0,00	41,46	176,28	376	5,55
ИТОГО ЗА ОБЕД		750	24,06	20,51	122,54	775,07		89,18
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1348	39,02	45,06	196,84	1359,62		161,28

Повар ef