

Утверждаю
Начальник лагеря дневного пребывания

«Родничок»

А.Н. Халиманова

2023 г.

Меню

« 08 » июня 2023г.

7-11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	220	7,90	7,82	28,20	214,8	2/41	20,48
	Сыр (порциями)	20	3,68	4,64	0,00	56,48	205	14,04
	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	204	13,11
	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
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	1,17
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		501	15,15	24,02	71,32	564,95		55,17
ОБЕД	Суп картофельный вегетарианский	200	1,78	7,08	11,90	119,1	78	15,44
	Гуляш из мяса (свинина)	90	10,47	8,53	6,34	141,39	12/8	40,4
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,26	4,90	39,29	222,33	205	15,82
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	7,25
	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 свежих плодов	180	0,18	0,18	18,77	78,64	348	3,96
	Банан	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1	15,08
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	52,91
	ИТОГО ЗА ОБЕД		971	27,26	26,45	133,42	885,65	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1472	42,41	50,47	204,74	1450,6		209,89

Повар

