

Утверждаю
Начальник лагеря дневного пребывания
«Родничок»

А.Н. Халиманова
2023 г.

« 17 » июня 2023г.
7-11 лет

| № п/п | Наименование блюд | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетич. ценность | № рецепту ры | Цена |
|-------------------------|--|--------------|------------------|--------------|---------------|------------------------|--------------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| День 12 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Омлет | 150 | 14,82 | 20,40 | 9,52 | 280,98 | 569 | 40,75 |
| | Икра кабачковая (или икра промышленного производства) | 60 | 0,62 | 2,62 | 3,96 | 41,15 | 57 | 7,89 |
| | 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 | 180 | 4,72 | 4,09 | 11,36 | 104,17 | 240 | 12,00 |
| | Яблоко | 145 | 0,58 | 0,58 | 14,21 | 68,15 | 578.1 | 8,58 |
| | | 601 | 24,03 | 28,37 | 72,96 | 651,49 | | 73,08 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| ОБЕД | Суп картофельный с клецками | 200 | 4,12 | 2,92 | 22,02 | 131,44 | 779 | 13 |
| | Жаркое по-домашнему 2 | 200 | 13,06 | 12,14 | 26,40 | 266,22 | 276 | 51,64 |
| | 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 |
| | Кондитерское изделие (печенье/вафля) | 21 | 1,47 | 2,48 | 16,25 | 90,68 | 151 | 3,28 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,20 | 0,20 | 28,20 | 82,6 | 399г | 10,14 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | | | | | | | |
| | | 747 | 22,62 | 18,42 | 128,58 | 736,98 | | 89,82 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | | | | | |
| | | 1348 | 46,65 | 46,79 | 201,54 | 1388,47 | | 162,9 |

Повар

