УТВЕРЖДАЮ:
Начальник лагеря дневного пребывания
«Родничок»
А.Н. Халиманова
«20» 06 2023 г.

Меню

« 20 » июня 2023 г.

от 12 лет и старше

№ п\п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 14								
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	200	24,74	16,92	28,84	380,92	129	89,72
	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	10,02	41,64	392	4
	Яблоко	100	0,56	0,56	13,72	65,8	578.1	5,92
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	3,19
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	2,43
	Масло (порциями)	18	0,14	13,05	0,23	118,98	204	15,72
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**606**	**29,95**	**31,41**	**97,88**	**815,6**		**120,98**
ОБЕД	Суп картофельный вегетарианский	250	2,22	8,85	14,87	148,87	78	19,25
	Тефтели мясные (2-й вариант)	100	11,71	9,78	13,86	188,26	287	44,38
	Капуста тушеная (гарнир)	180	4,54	5,45	15,88	130,77	336	25,96
	Овощи свежие (огурец/помидор)	100	0,50	0,09	1,71	9,63	202,2	13,38
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	3,19
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	2,43
	Сок плодовый	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г	10,14
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	52,91
ИТОГО ЗА ОБЕД		**998**	**28,72**	**29,75**	**126,79**	**858,39**		**171,64**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1604**	**58,67**	**61,16**	**224,67**	**1673,99**		**292,62**

Повар _____