

# МЕНЮ НА 11.06.2024 НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры или технологической карты	Стоимость, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>12 день</b>	<b>Завтрак</b>						<b>12 день</b>	
	Бутерброд с сыром	45	6.700	9.500	9.900	153.000	90	29.50
	Яйцо вареное (поштучно)	40	5.100	4.600	0.300	63.000	300	15.00
	Каша "Дружба"	200	5.240	11.660	25.060	226.200	260	24.54
	Какао с молоком	200	3.6	3.3	25	144	496	18.11
	Батон нарезной	30	1.500	0.580	10.280	78.500	111	2.94
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>515</b>	<b>20.640</b>	<b>29.060</b>	<b>60.260</b>	<b>586.200</b>		<b>90.09</b>
	<b>Второй завтрак</b>							
	Ряженка 2,5%	200	10.00	6.40	17.00	174.000	517	37.90
	Пирожное Полоска	100						66.90
	<b>Итого второй завтрак:</b>	<b>300</b>	<b>10.000</b>	<b>6.400</b>	<b>17.000</b>	<b>174.000</b>		<b>104.80</b>
	<b>Обед</b>							
	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0.600	3.720	2.160	44.400	19	12.77
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2.310	6.750	16.60	137.500	134	11.83
	Оладьи из печени	90	15.570	10.530	10.620	199.800	399	54.47
	Картофельное пюре	150	5.660	5.560	29.040	145.000	291	17.76
	Кисель	200	1.40	0.00	29.00	29.000	503	10.46
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.980	0.360	10.200	54.300	110	1.50
	Батон нарезной	30	1.500	0.580	10.280	78.500	111	2.94
	<b>Итого обед:</b>	<b>810</b>	<b>29.020</b>	<b>27.500</b>	<b>107.900</b>	<b>688.500</b>		<b>111.73</b>
	<b>Полдник</b>							
	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	0.20	92.000	518	25.00
	Апельсин (поштучно)	150	1.350	0.300	12.150	64.500	112	25.88
	<b>Итого полдник:</b>	<b>350</b>	<b>2.350</b>	<b>0.500</b>	<b>12.350</b>	<b>156.500</b>		<b>50.88</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>62.010</b>	<b>63.460</b>	<b>197.510</b>	<b>1,605.200</b>		<b>357.50</b>