

**МЕНЮ НА 28.03.2025**  
**НА ВЕСЕННИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ**

	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры или технологической карты	Стоимость, руб
				Белки	Жиры	Углеводы			
<b>5 день</b>	<b>Завтрак</b>							<b>5 день</b>	
	Сыр, масло порциями	г	40	7,080	19,710	0,190	206,550	75/79	55,80
	Каша молочная манная	г	250	7,75	9,33	38,58	269,25	262	21,82
	Шницель мясной	г	100	17,800	17,500	14,300	186,000	381	52,24
	Чай с молоком	г	200	1,500	1,300	15,900	81,000	495	8,32
	Батон нарезной	г	50	3,750	1,450	25,700	131,000	111	6,30
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>640</b>	<b>37,880</b>	<b>49,290</b>	<b>94,670</b>	<b>873,800</b>		<b>144,48</b>
	<b>Второй завтрак</b>								
	Ряженка 2.5%	г	200	10,000	6,400	17,000	174,000	517	45,09
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	2,52
	<b>Итого второй завтрак:</b>		<b>220</b>	<b>11,500</b>	<b>6,980</b>	<b>27,280</b>	<b>226,400</b>		<b>47,61</b>
	<b>Обед</b>								
	Салат из свежих помидоров и яблок	г	100	0,800	6,200	5,500	81,000	19	18,58
	Суп крестьянский крупой, сметаной	г	230/20/5	2,13	5,1	14,55	112,5	154	23,49
	Оладьи из печени	г	100	17,300	11,700	11,800	222,000	399	58,44
	Макаронные изделия отварные	г	180	6,790	0,810	34,850	173,880	291	16,46
	Компот из замороженных ягод	г	200	0,200	0,100	10,700	44,000	491	12,07
	Хлеб ржано-пшеничный	г	30	1,980	0,360	10,200	54,300	110	2,10
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	2,52
	<b>Итого обед:</b>		<b>865</b>	<b>30,700</b>	<b>24,850</b>	<b>97,880</b>	<b>740,080</b>		<b>133,66</b>
	<b>Полдник</b>								
	Сок фруктовый	г	200	1,00	0,20	0,20	92,000	518	30,00
	Апельсин (поштучно)	г	150	0,740	0,180	6,620	33,530	112	37,50
	<b>Итого полдник:</b>		<b>350</b>	<b>1,740</b>	<b>0,380</b>	<b>6,820</b>	<b>125,530</b>		<b>67,50</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>81,820</b>	<b>81,500</b>	<b>226,650</b>	<b>1 965,810</b>		<b>393,25</b>