

МЕНЮ НА 29.10.2024 НА ОСЕННИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры или технологической карты	Стоимость, руб
				Белки	Жиры	Углеводы			
2 день	Завтрак							2 день	
	Запеканка из творога	г	200	32,000	33,600	31,870	366,000	313	69,93
	Сгущенное молоко	г	25	1,800	2,120	13,870	81,750	471	10,53
	Какао с молоком	г	200	3,600	3,300	25,000	144,000	497	18,22
	Батон нарезной	г	50	3,750	1,450	25,700	131,000	111	6
	Итого завтрак:		475	41,150	40,470	96,440	722,750		104,68
	Второй завтрак								
	Кисель	г	200	0,400	0,060	22,200	90,000	485	10,46
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	2,4
	Итого второй завтрак:		220	1,900	0,640	32,480	142,400		12,86
	Обед								
	Икра свекольная	г	100	2,400	7,100	10,400	115,000	119	23,61
	Суп картофельный с	г	230/20	2,300	4,250	15,125	108,000	144	18,34
	Птица в соусе с томатом	г	120	13,600	13,500	4,100	192,000	405	68,75
	Картофельное пюре	г	180	3,780	7,920	19,620	165,600	429	19,56
	Компот из свежих яблок	г	200	0,50	0,00	23,10	96,000	507	9,43
	Хлеб ржано-пшеничный	г	30	1,980	0,360	10,200	54,300	110	1,8
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	2,4
	Итого обед:		650	26,06	33,71	92,83	783,30		143,89
	Полдник								
	Сок фруктовый	г	200	1,00	0,200	0,200	92,000	518,000	25,00
	Вафли	г	20	0,56	0,500	11,600	52,500	588,000	7,00
	Банан (поштучно)	г	250	2,620	0,870	36,710	167,730	112	64,07
	Итого полдник:	г	470	4,180	1,570	48,510	312,230		96,07
	Итого за день:			73,290	77,650	270,255	1 960,680		357,50