

МЕНЮ НА 01.11.2024 НА ОСЕННИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры или технологической карты	Стоимость, руб	
			Белки	Жиры	Углеводы				
5 день	Завтрак						5 день		
	Сыр, масло порциями	г	40	7,080	19,710	0,190	206,550	75/79	39,42
	Каша молочная манная	г	250	7,75	9,33	38,58	269,25	262	25,82
	Шницель мясной	г	80	17,800	17,500	14,300	186,000	381	45,26
	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	6,00
	Итого завтрак:		620	37,880	49,290	94,670	873,800		124,82
	Второй завтрак								
	Ряженка 2.5%	г	200	10,000	6,400	17,000	174,000	517	37,90
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	2,40
	Итого второй завтрак:		220	11,500	6,980	27,280	226,400		40,30
	Обед								
	Салат из свежих помидоров и яблок	г	100	0,800	6,200	5,500	81,000	19	28,65
	Суп крестьянский крупой, сметаной	г	230/20/5	2,13	5,1	14,55	112,5	154	20,22
	Оладьи из печени	г	80	17,300	11,700	11,800	222,000	399	44,61
	Макаронные изделия отварные	г	180	6,790	0,810	34,850	173,880	291	13,61
	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	1,80
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	2,40
	Итого обед:		865	30,700	24,850	97,880	740,080		123,36
	Полдник								
	Сок фруктовый	г	200	1,00	0,20	0,20	92,000	518	25,00
	Апельсин (поштучно)	г	150	0,740	0,180	6,620	33,530	112	44,02
	Итого полдник:		350	1,740	0,380	6,820	125,530		69,02
	Итого за день:			81,820	81,500	226,650	1 965,810		357,50