

# МЕНЮ НА 31.05.2024 НА ЛЕТНИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Наименование блюда	Выход гр.	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>	
	Помидоры свежие	60	0.660	0.120	2.280	14.400	106	13.77
	Омлет натуральный	150	12.880	20.010	3.450	243.800	301	57.19
	Чай с молоком	200	1.500	1.300	15.900	81.000	495	8.32
	Батон нарезной	30	1.500	0.580	10.280	78.600	111	2.94
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>440</b>	<b>16.540</b>	<b>22.010</b>	<b>31.910</b>	<b>417.800</b>		<b>82.22</b>
	<b>Второй завтрак</b>							
	Ацидолакт 2,5%	200	10.00	6.40	17.00	174.000	517	37.90
	Пирожное Чудесница	50	1.10	5.12	18.56	124.600		30.00
	<b>Итого второй завтрак:</b>	<b>260</b>	<b>11.100</b>	<b>11.520</b>	<b>35.560</b>	<b>298.600</b>		<b>67.90</b>
	<b>Обед</b>							
	Огурец свежий	60	0.480	0.060	1.500	8.400	106	8.57
	Суп с рыбными консервами	250	9.300	11.400	10.050	180.000	122*	19.75
	Биточек из курицы припущенный	90	13.500	9.600	8.360	169.700	412	51.54
	Картофельное пюре	150	3.150	6.600	16.350	138.000	429	17.76
	Компот из свежих яблок с лимоном	200	0.300	0.200	25.100	103.000	509	11.62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.980	0.360	10.200	54.300	110	1.50
	Батон нарезной	30	1.500	0.580	10.280	78.600	111	2.94
	<b>Итого обед:</b>	<b>810</b>	<b>30.210</b>	<b>28.800</b>	<b>81.840</b>	<b>732.000</b>		<b>113.68</b>
	<b>Полдник</b>							
	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	0.20	92.000	518	25.00
	Конфета Ласточка	30	1.400	6.800	10.600	110.000		16.20
	Банан (поштучно)	250	3.300	0.600	25.200	115.200	112	52.50
	<b>Итого полдник:</b>	<b>480</b>	<b>5.700</b>	<b>7.600</b>	<b>36.000</b>	<b>317.200</b>		<b>93.70</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>63.550</b>	<b>69.930</b>	<b>185.310</b>	<b>1,765.600</b>		<b>357.50</b>