

# МЕНЮ НА 05.06.2024 НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры или технологической карты	Стоимость, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>8 день</b>	<b>Завтрак</b>					<b>8 день</b>		
	Огурец свежий	60	0.480	0.060	1.500	8.400	106	8.57
	Плов из отварного мяса	250	18.15	17.85	47.23	422.40	370	67.03
	Чай с молоком	200	1.500	1.300	15.900	81.000	495	8.32
	Батон нарезной	30	1.500	0.580	10.280	78.500	111	2.94
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>540</b>	<b>21.630</b>	<b>19.790</b>	<b>74.910</b>	<b>564.200</b>		<b>86.86</b>
	<b>Второй завтрак</b>							
	Ряженка 3,2%	200	10.00	6.40	17.00	174.000	517	37.90
	Батончик Импульс	16	0.420	2.640	11.680	71.520		15.00
	<b>Итого второй завтрак:</b>	<b>216</b>	<b>10.420</b>	<b>9.040</b>	<b>28.680</b>	<b>245.520</b>		<b>52.90</b>
	<b>Обед</b>							
	Салат из свеклы отварной	60	0.900	3.300	5.040	53.400	50	10.28
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2.600	2.800	18.60	109.800	158	8.28
	Рыба, запеченная с яйцом	90	14.4	6.07	9.1	175	341	70.47
	Картофельное пюре	180	3.150	6.600	16.350	165.600	429	21.31
	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>840</b>	<b>25.930</b>	<b>19.710</b>	<b>98.570</b>	<b>665.600</b>		<b>125.24</b>
	<b>Полдник</b>							
	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	0.20	92.000	518	25.00
	Батончик Чио-рио	30	1.00	10.00	19.00	174.000		15.00
	Банан	250	2.620	0.870	36.710	167.830	112	52.50
	<b>Итого полдник:</b>	<b>480</b>	<b>4.620</b>	<b>11.070</b>	<b>55.910</b>	<b>433.830</b>		<b>92.50</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>62.600</b>	<b>59.610</b>	<b>258.070</b>	<b>1,909.150</b>		<b>357.50</b>

Подписан цифровой подписью:  
Петрушина Наталья Сергеевна  
Основание: Я подтверждаю  
этот документ своей  
удостоверяющей подписью  
Расположение:  
Дата: 2024.06.04  
09:36:35  
+0300  
Foxit PDF Reader Версия: 12.1.1

