

МЕНЮ НА 06.06.2024 НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры или технологической карты	Стоимость, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
9 день	Завтрак						9 день	
	Бутерброд с сыром	45	6.700	9.500	9.900	153.000	90	29.50
	Пудинг из творога паровой с джемом	150/30	20.900	16.300	33.000	362.000	317	81.37
	Чай каркаде	200	0	0.01	14	56	461*	2.71
	Итого завтрак:	425	27.600	25.810	56.900	571.000		113.58
	Второй завтрак							
	Снежок 2,5%	200	10.00	6.40	17.00	174.000	517	37.90
	Чоко пай	28	1.090	5.120	18.560	124.600		17.00
	Итого второй завтрак:	228	11.090	11.520	35.560	298.600		54.90
	Обед							
	Салат из свежих помидоров с раст. маслом	60	0.600	6.120	2.100	66.000	22	15.60
	Суп картофельный с бобовыми	250	2.300	4.250	15.13	108.000	144	6.34
	Котлета мясная	90	16.020	15.750	12.870	257.400	381	50.58
	Капуста тушеная	150	5.550	5.400	5.850	94.500	423	19.01
	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	78.500	111	2.94
	Итого обед:	810	28.250	32.660	81.525	761.700		107.59
	Полдник							
	Сок фруктовый	200	1.000	0.200	0.200	92.000	518	25.00
	Шоколад Аленка	20	1.400	6.800	10.600	110.000		30.00
	Апельсин (поштучно)	165	1.350	0.300	12.150	64.500	112	26.43
	Итого полдник:	385	3.750	7.300	22.950	266.500		81.43
	Итого за день:		70.690	77.290	196.935	1,897.800		357.50