

МЕНЮ НА 05.06.2025 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	36.54
	Пудинг из творога паровой с джемом	150/30	20.900	16.300	33.000	362.000	317	74.32
	Чай каркаде	200	0	0.01	14	56	461*	2.88
	Итого завтрак:	425	27.600	25.810	56.900	571.000		113.74
	Второй завтрак							
	Снежок 2,5%	200	10.00	6.40	17.00	174.000	517	45.09
	Батон нарезной	20	1.500	0.580	10.280	52.400	111	2.52
	Итого второй завтрак:	220	11.500	6.980	27.280	226.400		47.61
	Обед							
	Салат из свежих помидоров с раст. маслом	60	0.600	6.120	2.100	66.000	22	22.57
	Суп картофельный с бобовыми, птицей	230/20	2.300	4.250	15.13	108.000	144	21.21
	Котлета мясная	90	16.020	15.750	12.870	257.400	381	49.81
	Капуста тушеная	150	5.550	5.400	5.850	94.500	423	32.11
	Компот из свежих яблок с лимоном	200	0.300	0.200	25.100	103.000	509	14.75
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.980	0.360	10.200	54.300	110	2.10
	Батон нарезной	30	1.500	0.580	10.280	78.500	111	3.78
	Итого обед:	810	28.250	32.660	81.525	761.700		146.33
	Полдник							
	Сок фруктовый	200	1.000	0.200	0.200	92.000	518	30.00
	Мандарин (поштучно)	90	1.350	0.300	12.150	64.500	112	55.57
	Итого полдник:	290	2.350	0.500	12.350	156.500		85.57
	Итого за день:		69.700	65.950	178.055	1,715.600		393.25