

МЕНЮ НА 20.06.2025 НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал	Номер рецептур ы или технолог ической карты	Стоимость, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
4 день	Завтрак						4 день	
	Бутерброд с маслом	30	1,200	12,500	7,400	147,000	94	27,69
	Каша боярская (пшенная с изюмом)	200	9,200	28,160	39,820	179,600	261	31,65
	Котлета куриная	90	12,510	1,890	8,640	169,700	412	49,89
	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	496	21,02
	Батон нарезной	30	1,500	0,580	10,280	52,400	111	3,78
	Итого завтрак:	550	28,010	46,430	91,140	692,700		134,03
	Второй завтрак							
	Молоко 3,2%	200	5,80	5,00	9,60	106,000	515	29,96
	Батон нарезной	20	1,000	0,390	6,850	34,930	111	2,52
	Итого второй завтрак:	220	6,800	5,390	16,450	140,930		32,48
	Обед							
	Салат витаминный	60	0,660	6,060	6,360	82,800	2	11,60
	Суп фасолевый с птицей	230/20	0,900	4,350	2,500	52,750	130*	34,99
	Печень говяжья по-строгановски	120	18,000	13,800	4,300	213,000	398	68,12
	Макаронные изделия отварные	150	5,660	5,560	29,040	145,000	291	13,72
	Кисель	200	1,40	0,00	29,00	29,000	503	10,53
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,980	0,360	10,200	54,300	110	2,10
	Батон нарезной	30	1,500	0,580	10,280	52,400	111	3,78
	Итого обед:	840	31,110	29,720	96,810	736,200		144,84
	Полдник							
	Сок фруктовый	200	1,000	0,200	0,200	92,000	518	30,00
	Вафельный батончик Импульс	16	0,250	0,300	6,960	31,500	588	15,00
	Апельсин (поштучно)	150	1,350	0,300	12,150	64,500	112	36,90
	Итого полдник:	366	2,600	0,800	19,310	188,000		81,90
	Итого за день:		68,520	82,340	223,710	1 757,830		393,25