



И.Н. Павленко

Меню на 14.07.2021

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал
						белки	жиры	углеводы	
Завтрак	закуска	14	Масло сливочное «Крестьянское» порционно	10	7,24	0,1	8,2	0,1	75
	закуска	15	Сыр «Российский» порционный	15	11,92	4,6	5,8	0	72
	гор.блюдо	294	Котлета рубленая из птицы	80/20	24,66	20,71	13,43	18,04	231,77
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	180	10,64	6,58	5,05	41,3	2,37
	овощи	71	Огурец свежий	40	3,72	0,6	0,1	2,3	13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	5,14	1,94	36,68	187,5
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,25	1,36	0,26	7,96	40,2
	напиток	1043	Напиток яблочный	200	4,95	0,1	0	15	60
			Итого завтрак	565,00	67,22	39,19	34,78	121,38	681,84
Обед	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский с рисом	250	13,76	4,4	6,44	32,62	209,52
	2 блюдо	229	Минтай, тушеный с овощами	50/50	30,56	18,2	9,6	9,6	198
	гарнир	312	Пюре картофельное	180	22,53	3,12	5,1	18,57	132,6
	овощи	71	Помидор свежий	30	3,73	0,6	0,1	2,3	13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	5,14	1,94	36,68	187,5
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,25	1,36	0,26	7,96	40,2
	напиток	348	Компот из кураги	200	8,11	0,48	0,2	36,12	143,2
			Итого обед	845,00	82,78	33,30	23,64	143,85	924,02
			Итого за день	1410,00	150,00	72,49	58,42	265,23	1605,86

Буфетчик *Л.Е. Валешная* Валешная Л.Е.

Начальник лагеря *Н.А. Кундюкова* Кундюкова Н.А.