



И.И. Кочарен

Меню на 15.07.2021

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г Масса порций	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
	гор.блюдо	222	Пудинг из творога с молоком сгущенным	150/20	59,76	22,27	26,01	47,27	645,88
			Хлеб ржано-пшеничный	30	2,25	5,14	1,94	36,68	187,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	5,14	1,94	36,68	187,5
	напиток		Сок фруктовый в упаковке	200	13	2	0	48,8	203,2
			Итого завтрак	440,00	84,09	34,65	38,09	169,53	1299,08
Обед	1 блюдо	87	Щи из свежей капусты	250	9,64	3,44	6,29	21,43	155,82
	2 блюдо	290	Цыпленка, тушеные в соусе	80/20	34,17	18,2	9,6	9,6	198
	гарнир	309	Макаронь отварные	180	8,09	15,17	5,41	101,48	525,04
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	5,14	1,94	36,68	187,5
	овощи	71	Помидор свежий	40	5,05	0,6	0,1	2,3	13
	напиток	348	Компот из изюма	200	7,12	0,38	0	31,4	127,2
			Итого обед	785,00	65,91	42,93	23,34	202,89	1206,56
			Итого за день	1225,00	150,00	77,58	61,43	372,42	2505,64

Буфетчик *Л.Е.* Валешная Л.Е.

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