



И.о. Л.Ф. Кочарян

Меню на 16.07.2021

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г Масса порций	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал
						белки	жиры	углеводы	
		15	Сыр Российский	15	13,55				
Завтрак		14	Масло сливочное «Крестьянское» порционно	10	7,24	0,1	8,2	0,1	75
	гор.блюдо	173	Каша пшениная вязкая молочная с маслом и сахаром	200/10/10	16,23	4,6	5,8	0	72
	фрукта		Яблоко свежее	160	16,64	5,14	1,94	36,68	187,5
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,25	1,36	0,26	7,96	40,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	5,14	1,94	36,68	187,5
	напиток		Компот из изюма	200	7,12	0,1	0	15	60
				<b>Итого завтрак</b>	<b>565,00</b>	<b>64,87</b>	<b>16,44</b>	<b>18,14</b>	<b>96,42</b>
	1 блюдо	103	Суп с макаронными изделиями	250	10,03	4,4	6,44	32,62	209,52
Обед	2 блюдо	268	Шницель из говядины с соусом	80/20	40,92	18,2	9,6	9,6	198
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,65	3,12	5,1	18,57	132,6
	овощи	71	Помидор свежий	60	7,68	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 свежих яблок	200	6,76	0,48	0,2	36,12	143,2
				<b>Итого обед</b>	<b>845,00</b>	<b>85,13</b>	<b>33,30</b>	<b>23,64</b>	<b>143,85</b>
			<b>Итого за день</b>	<b>1410,00</b>	<b>150,00</b>	<b>49,74</b>	<b>41,78</b>	<b>240,27</b>	<b>1546,22</b>

Буфетчик Валешная Л.Е.

Начальник лагеря

Кундюкова Н.А.