



Меню на 23.06.2021

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
	гор.блюдо	222	Пудинг из творога с молоком сгущенным	150/20	59,59	22,27	26,01	47,27	645,88
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	5,14	1,94	36,68	187,5
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	22	1,63	5,14	1,94	36,68	187,5
	фрукты		Яблоко свежее	160	16,64	6,9	8,7	0	108
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	2,84	0,1	0	15	60
			Итого завтрак	612,00	89,78	39,65	46,79	135,73	1263,88
Обед	1 блюдо	104	Суп картофельный с рисом	250	7,56	4,4	6,44	23,62	119,75
	2 блюдо	234	Котлета рыбная из минтая	80/20	28,42	12,8	10,53	15,86	220,02
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	14,58	3,12	5,1	18,57	132,6
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	2,57	0,97	18,34	93,75
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	2,57	0,97	18,34	93,75
	напиток	352	Кисель из яблок и вишни	200	5,94	0,1	0	15	60
			Итого обед	755,00	60,22	25,56	24,01	109,73	719,87
		Итого за день	1367,00	150,00	70,85	55,91	245,46	1983,75	

Зав.производством  Шиллер Е.В.

Начальник лагеря  А.М. Бекетова