



Меню на 15.06.2021

Прием пищи	Раздел	№ рецп.	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	20	15,55	4,6	5,8	0	72
	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	111	21,33	15,75	19,8	16,65	157,5
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	160	16,13	4,21	0	66,37	281,25
	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
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	2,84	0,1	0	15	60
			Итого завтрак	583,00	67,18	31,26	36	142,76	873,45
Обед	1 блюдо	99	Суп картофельный с овощами и сметаной	250/10	14,26	12,76	7,8	38,27	278,06
	2 блюдо	291	Плов из птицы	80/160	46,82	29,2	33,8	47,8	612
	овощи	71	Огурец свежий	40	4,77	0,4	0	1,51	7,2
	овощи	71	Помидор свежий	45	6,26	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	342	Компот из свежих яблок	200	6,62	0,48	0,2	36,12	143,2
			Итого обед	845,00	82,82	49,94	44,1	170,64	1281,16
			Итого за день	1428,00	150,00	81,20	80,1	313,4	2154,61

Зав.производством *Е.В. Шиллер* Шиллер Е.В.

Начальник лагеря *Л.М. Бекетова*