

Лагерь ЛДП

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Горячий завтрак I

100	Десерт фруктовый	Калорийность-60, Углеводы-15	
180	Плов с изюмом	Калорийность-346, Белки-4, Жиры-13, Углеводы-54	
200	Напиток с витаминами " ВитаЛайт НК"	Калорийность-35, Углеводы-9	
40	Печенье	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	

Итого за Горячий завтрак I Калорийность-659, Белки-10, Жиры-19,
Углеводы-117

Обед I

60	Салат "Осенний"	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10	
235	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной, фрикадельками	Калорийность-175, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-8	
90	Гуляш	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
154	Макаронные изделия отварные	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Кисель	Калорийность-21, Углеводы-5	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	

Итого за Обед I Калорийность-811, Белки-36, Жиры-36,
Углеводы-85

Итого за день Калорийность-1 470, Белки-46, Жиры-55,
Углеводы-202

150-22

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.Бухгалтер-каль-
кулятор

Мелентьева
Т.Ю.