

Утверждаю

Генеральный директор

Исламова А.И.

Меню на 17 июня 2023г.

Завтрак и обед для обучающихся в лагере дневного пребывания
(возрастная категория от 7 до 10 лет)

№ рецеп	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
220	Омлет с зеленым горошком	150/8	12,9	21,3	3,6	258
284	Чай с молоком и с сахаром	200	1,4	1,4	11,2	61
3	Вутерброд с сыром	30/10	5	3	14,5	107
	Фрукты свежие (груша)	120	2,4	0	10,7	70
	сок фруктовый в индивид.упаков. 0,2л	200	1	0,2	20,2	92
итого за завтрак		718	22,7	25,9	60,2	588
обед						
ДО7АР19	Салат студенческий	60	2,1	7,05	7,98	87
54,47	Рассольник ленинградский	200/10	2,09	5,01	13,9	109,77
МО7КБК	Биточки(котлеты) мясные с соусом	60/30	12,08	11	10,15	171
138	Картофельное пюре	180	3,7	5,9	24	166
306	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	20	76
420,06	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,96	26,72	95,2
421,11	Хлеб ржаной	30	2,48	0,45	12,53	65,17
	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0
итого за обед		1010	25,62	30,37	115,28	770,14
итого за день		1728	48,32	56,27	175,48	1358,14

Шеф-повар Шархмуллина И.А.