

Лагерь ЛДП

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

Горячий завтрак I

1 шт	Апельсин	Калорийность-86, Белки-174, Углеводы-16	
150	Запеканка из творога с молочным соусом	Калорийность-317, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-23	
200	Чай с молоком и сахаром	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	

Итого за Горячий завтрак I Калорийность-560, Белки-200, Жиры-18,
Углеводы-67

Обед I

210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
180	Рис припущенный	Калорийность-242, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-42	
200	Напиток из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-28	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	

Итого за Обед I Калорийность-748, Белки-19, Жиры-20,
Углеводы-133

Итого за день Калорийность-1 308, Белки-219, Жиры-37, **150-22**
Углеводы-201

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.Бухгалтер-каль-
куляторМелентьева
Т.Ю.