

УТВЕРЖДАЮ
начальник ЛТО

Фардиева Г. Р.

01.07.2024

Лагерь ЛТО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак I			
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-599, Белки-10, Жиры-19, Углеводы-102	
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-1 410, Белки-46, Жиры-55, Углеводы-187	150-22

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.

Бухгалтер-каль
кулятор

Мелентьева Т.Ю.