

Утверждено:
Директор

МЕНИО приготавливаемых блюд оздоровительного лагеря с дневным пребыванием
Возрастная категория: от 7 до 11 лет на 31.10.2024

№	Наименование блюд	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Ккал
4 день						
Завтрак						
1.5	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами, № 1.5 сб. 2021	40	3,16	0,4	20,64	98,2
146	Картофельное пюре № 146, сб. 2021	200	4,07	6,42	28,91	188
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы с томатн. соусом №248 90/30	90/30	17,33	7,29	10,21	176,1
300	Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,02	9,14	35,11
пром.	Йогурт 2,5%	100	4,1	1,5	5,9	90,62
Итого за 'Завтрак'			28,74	15,63	74,79	588,1
Обед						
41	Салат "Студенческий" №41, сб.2021	60	2,13	6,29	5,48	85,32
61	Суп картофельный с макаронными изделиями №61	200	4,4	3,6	17,72	119,1
143	Птица, тушеная в соусе с овощами, № 143 сб. 2021	200	20,56	15,13	19,14	291,5
302	Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,05	9,54	38,48
1.5	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами, № 1.5 сб. 2021	40	3,16	0,4	20,64	98,2
1.6	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами	30	2,64	0,48	16,68	77,35
Итого за 'Обед'			33,13	25,95	89,2	709,9

Повар Ваганова М.И.

