

Утверждаю:
Директор

МЕНЮ приготавливаемых блюд оздоровительного лагеря с дневным пребыванием
Возрастная категория: от 7 до 11 лет на 03.11.2024

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал
7 день						
Завтрак						
1.5	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами, № 1.5 сб. 2021	30	2,37	0,3	15,48	73,65
183	Капа гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	160	9,17	5,89	48,02	269,6
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур с томатным соусом №248	60/30	9,22	8,86	7,54	146,8
287	Пашиток с витаминами Витошка	200	0	0	18,95	70,71
пром.	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	11,6	48,68
Итого за 'Завтрак'			21,16	15,45	101,6	609,4
Обед						
34	Салат "Здоровье" №34, сб.2021	60	1,02	2,71	6,91	52,1
78.3	Суп кудрявый №78.3, сб.2021	200	5,75	5,26	16,45	134,3
119	Плов из говядины №119, сб.2021	180	18,79	18,18	32,04	366,8
306	Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	3,13	14,35	95,08
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	1,98	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			38,12	35,1	115,3	914,3

Повар Ваганова М.И. 