

Согласовано:



Начальник лагеря
Дебушевская М.А.

МЕНЮ

11.07.2024год

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1.Икра кабачковая	75	3	13,5	12,75	183	
2.Омлет натуральный	220	38,8	41,27	27,11	531,62	210
3.Чай с сахаром и лимоном	200/157	0,2	0	16,1	65	377
4.Хлеб пшеничный	20	1,95	0,24	11,71	58,1	
5.Пряник (кондитерское изделие)	1шт	4,2	1,6	15,3	96,8	
Итого:	633	49,67	54,86	90,22	960,92	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1.Овощи свежие: огурцы	60	0,48	0	2,52	9,6	71
2.Рассольник «Ленинградский»	250	2,1	10,2	23,6	136,25	96
3.Котлета	100	27,3	16,4	27,1	247	268
4. Макароны отварные с маслом	180/10	6,68	8,64	48,08	275	202/203
5.Напиток лимонный	200	0,14	0,02	20,64	78,1	699
6. Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
7.Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	
Итого	850	40,87	36,45	144,45	872,05	
Итого за день	1483	90,54	91,31	234,67	1832,97	

Повар

Писаренко Н.В.

Кладовщик

Жукова С.А.

Медсестра

Жукова А.Ф.