

Согласовано:



Начальник лагеря
Лынник Ю.Н.

МЕНЮ

14.06.2024 год (с 6-11 лет)

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1.Макаронны отварныы с сыром	200	20,48	17,12	44,96	354,4	204
2.Масло сливочное	10	0,2	7,2	0,2	66,2	14
3.Чай с сахаром	200/15	0,2	0	16,1	65	376
4.Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
Итого:	445	22,5	24,52	71,02	534	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1.Овощи свежые: огурцы	60	0,48	0	2,52	9,6	71
2.Суп из овощей	200	1,61	9,12	13,65	99,24	99
3.Плов из птицы	80/150	41,7	36,34	44	501,4	291
5.Компот из сухофруктов	200	0,08	0	22,02	87,6	349
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	740	48,04	46,65	104,7	823,94	
Итого за день	1185	70,54	71,17	175,72	1357,9	

Повар

Писаренко Н.В.

Писаренко Н.В.

Кладовщик

Жукова С.А.

Жукова С.А.

Медсестра

Жукова А.Ф.

МЕЛЮ

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1.Макаронны отварныы с сыром	200	20,48	17,12	44,96	354,4	204
2.Масло сливочное	10	0,2	7,2	0,2	66,2	14
3.Чай с сахаром	200/15	0,2	0	16,1	65	376
4.Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
Итого:	445	22,5	24,52	71,02	534	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1.Овощи свежые: огурцы	60	0,48	0	2,52	9,6	71
2.Суп из овощей	250	2,01	11,4	17,03	124,05	99
3.Плов из птицы	100/150	45,33	39,5	47,83	545	291
5.Компот из сухофруктов	200	0,08	0	22,02	87,6	349
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	1078	53,95	53,17	170,87	1144,27	
Итого за день	1560	76,32	77,51	254,64	1755,97	

Sam

[Signature]

Жукова А.Ф.