

Согласовано:



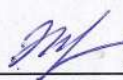
Начальник лагеря
Дебушевская М.А.

МЕНЮ

03.07.2024год

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1.Каша вязкая молочная рисовая	210	11,88	15,23	62,08	400,31	174
2.Какао с молоком	200	6,58	3,9	27,64	150,8	382
3.Сыр Российский	15	3,48	4,43	0	54,6	15
4.Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
Итого:	449	26,27	24,77	113,21	736,65	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1.Овощи свежие: помидоры	60	0,72	0,24	4,2	15,6	71
2.Борщ с капустой и картофелем со сметаной	259	2,09	11,3	18,15	128,1	82
3.Котлета мясная	100	24,9	22,4	23,1	281	268
4.Картофель отварной	180	3,42	8,64	31,68	190,8	125
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	831	35,42	43,75	121,94	831,44	
Итого за день	1307	61,69	68,52	235,15	1568,09	

Повар  Писаренко Н.В.

Кладовщик  Жукова С.А.

Медсестра Жукова А.Ф