

# МЕНЮ

## 04.06.2024 вторник

Столовая Летний лагерь

Категория: Дети 7-11 (СанПин 20)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
<b>Завтрак</b>	<b>633</b>	<b>26,06</b>	<b>32,87</b>	<b>57,79</b>	<b>5,49</b>		<b>90,90</b>	
Масло (порциями)	66	0,08	7,25	0,13		10	9,10	6
Сосиски отварные	180	6,62	16,04	1,57	0,03	65	21,80	205
Овощи в молочном соусе	86	2,38	5,07	8,05	3,62	100	16,80	87
Чай с лимоном	57	0,24	0,05	13,85	1,10	200	3,50	294
Батон Горчичный	53	2,17	0,37	10,21		30	3,50	0002
Йогурт	191	14,57	4,09	23,98	0,74	100	29,00	
<b>Обед</b>	<b>652</b>	<b>28,41</b>	<b>29,37</b>	<b>68,64</b>	<b>19,65</b>		<b>101,20</b>	
помидоры свежие	12	0,62	0,11	2,08	6,00	60	12,30	
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной	112	4,86	6,37	8,88	12,55	250/10/5	18,30	66
Гуляш из говядины	214	14,49	15,56	3,99	1,10	100	53,70	180
Каша гречневая рассыпчатая	260	8,44	7,33	40,07		200	13,10	313
Компот из смеси сухофруктов	54			13,62		200	3,80	283
<b>Полдник</b>	<b>453</b>	<b>8,58</b>	<b>10,95</b>	<b>79,95</b>	<b>66,10</b>		<b>43,20</b>	
Пирожки , печенные из сдобного теста сладк. начин.	371	8,10	8,11	66,33	0,10	100	42,00	335
Напиток из плодов шиповника	82	0,48	2,84	13,62	66,00	200	3,20	388
<b>Хлеб за день</b>	<b>516</b>	<b>21,81</b>	<b>3,80</b>	<b>97,85</b>			<b>5,00</b>	
Хлеб пшеничный	324	14,37	2,52	60,61		180	5,00	0001
Хлеб ржаной	192	7,44	1,28	37,24		120		0001
<b>Соль,специи за день</b>							<b>0,10</b>	
Соль						8	0,10	268
<b>Итого за день:</b>	<b>2 254</b>	<b>84,86</b>	<b>76,99</b>	<b>304,23</b>	<b>91,24</b>	1923	<b>240,40</b>	

Составитель шеф-повар

(должность)

Шаталова Л.С.

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)