

МЕНЮ

05.06.2024 среда

Столовая Летний лагерь



Категория: Дети 7-11 (СанПИН 20)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	586	19,44	26,20	67,80	11,45		53,60	
Каша молочная "Геркулес" с яблоком	241	8,27	10,44	28,49	10,86	215	13,80	185
Бутерброд с колбасой п/к	172	6,96	10,68	11,83		31/30	18,20	368
Какао с молоком (1-й вариант)	113	2,97	3,04	18,42	0,52	200	11,40	269
Печенье	60	1,24	2,04	9,06	0,07	50	10,20	464
Обед	691	21,18	23,94	96,93	30,43		128,00	
Свежий огурец	8	0,46	0,05	1,42	2,40	63,2	10,70	13
Суп картофельный куриный, с клецками, зелень	179	5,66	8,16	20,64	7,43	240/10/30	15,10	47
Котлеты рыбные любительские соусе запеч.	131	9,28	7,89	4,80	0,84	80/30	49,40	162
Рис отварной	274	4,80	7,50	46,87		200/10	15,00	315
Компот из смеси сухофруктов	54			13,62		200	3,80	283
Мандарины	45	0,98	0,34	9,58	19,76	130	34,00	
Полдник	435	13,45	12,50	67,01	1,43		30,70	
Сдоба обыкновенная ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	322	7,85	6,12	58,83	0,03	100	12,70	319
Кефир	113	5,60	6,38	8,18	1,40	200	18,00	272
Хлеб за день	324	14,37	2,52	60,61			5,00	
Хлеб пшеничный	324	14,37	2,52	60,61		180	5,00	0001
Соль, специи за день							0,10	
Соль						8	0,10	268
Итого за день:	2 036	68,44	65,16	292,35	43,31	1958	217,40	

Составитель шеф-повар

(должность)

Шаталова Л.С.

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)