

МЕНЮ

11.06.2024 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
Завтрак	650	29,09	25,32	75,65	1,87		70,20	
Сосиски отварные	180	6,62	16,04	1,57	0,03	65	21,40	205
Каша гречневая рассыпчатая	169	5,49	4,77	26,04		150/10	12,30	313
Чай с лимоном	57	0,24	0,05	13,85	1,10	200	4,00	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	
Обед	702	26,28	32,79	75,43	85,52		114,20	
помидоры свежие	12	0,62	0,11	2,08	6,00	67	13,70	
Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	120	5,89	6,78	8,87	12,42	250/10/5	18,00	67
Гуляш из говядины	214	14,49	15,56	3,99	1,10	100	67,50	180
Рис отварной	274	4,80	7,50	46,87		200/5	10,50	315
Напиток из плодов шиповника	82	0,48	2,84	13,62	66,00	200	4,50	388
Полдник	334	13,20	6,77	55,02	0,04		47,50	
Круассаны	280	13,20	6,77	41,40	0,04	100	42,00	458
Кисель из концентрата	54			13,62		200	5,50	274
Хлеб за день	516	21,81	3,80	97,85			4,40	
Хлеб пшеничный	324	14,37	2,52	60,61		180	4,40	0001
Хлеб ржаной	192	7,44	1,28	37,24		120		0001
Соль, специи за день							0,10	
Соль						8	0,10	268
Итого за день:	2 202	90,38	68,68	303,95	87,43	1963	237,40	

Составитель шеф-повар

(должность)

Шаталова Л.С.

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)