



МЕНЮ

18.06.2024 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 | 759 | 32,76 | 28,00 | 93,08 | 1,87 | | 68,60 | |
| Сосиски отварные | 180 | 6,62 | 16,04 | 1,57 | 0,03 | 65 | 18,50 | 205 |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 260 | 8,44 | 7,33 | 40,07 | | 200 | 12,30 | 313 |
| Чай с лимоном | 57 | 0,24 | 0,05 | 13,85 | 1,10 | 200 | 4,00 | 294 |
| Батон Горчичный | 71 | 2,89 | 0,49 | 13,61 | | 40 | 4,80 | 0002 |
| Йогурт | 191 | 14,57 | 4,09 | 23,98 | 0,74 | 100 | 29,00 | |
| Обед | 625 | 28,81 | 28,22 | 64,25 | 19,47 | | 100,80 | |
| Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной | 112 | 4,86 | 6,37 | 8,88 | 12,55 | 250/10/5 | 19,20 | 66 |
| помидоры свежие | 12 | 0,62 | 0,11 | 2,08 | 6,00 | 67 | 10,30 | |
| Гуляш из говядины | 230 | 15,76 | 17,11 | 3,36 | 0,92 | 110 | 59,00 | 181 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 217 | 7,57 | 4,63 | 36,31 | | 200/5 | 7,70 | 205 |
| Компот из смеси сухофруктов | 54 | | | 13,62 | | 200 | 4,60 | 283 |
| Полдник | 497 | 14,88 | 14,15 | 77,55 | 3,13 | | 59,80 | |
| Пирожки сладкие, печенные из сдобного теста | 371 | 8,10 | 8,11 | 66,33 | 0,10 | 100 | 42,00 | 335 |
| Молоко кипячёное | 126 | 6,78 | 6,04 | 11,22 | 3,03 | 200 | 17,80 | 400 |
| Хлеб за день | 324 | 14,37 | 2,52 | 60,61 | | | 6,00 | |
| Хлеб пшеничный | 324 | 14,37 | 2,52 | 60,61 | | 180 | 6,00 | 0001 |
| Соль, специи за день | | | | | | | 0,10 | |
| Соль | | | | | | 8 | 0,10 | 268 |
| Итого за день: | 2 205 | 90,83 | 72,89 | 295,49 | 24,47 | 1918 | 235,30 | |

Составитель шеф-повар

(должность)

Шаталова Л.С.

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)