

МЕНЮ

19.06.2024 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 | 524 | 15,27 | 19,81 | 69,97 | 27,98 | | 84,30 | |
| Каша рисовая молочная вязкая | 182 | 4,17 | 5,96 | 28,02 | 0,42 | 205 | 21,30 | 114 |
| Бутерброд с колбасой п/к | 172 | 6,96 | 10,68 | 11,83 | | 31/30 | 11,50 | 368 |
| Какао с молоком (1-й вариант) | 113 | 2,97 | 3,04 | 18,42 | 0,52 | 200 | 11,00 | 269 |
| Фрукты или ягоды свежие (Абрикосы) | 57 | 1,17 | 0,13 | 11,70 | 27,04 | 100 | 40,50 | 89 |
| Обед | 563 | 17,19 | 34,97 | 44,91 | 102,40 | | 110,90 | |
| Суп картофельный куриный, с клецками. Зелень | 118 | 5,07 | 4,75 | 13,66 | 4,62 | 280/10/2 | 20,20 | 82 |
| Тефтели из говядины с рисом. соусе | 216 | 10,08 | 14,88 | 10,38 | 0,86 | 80/30 | 52,00 | 202 |
| Рагу из овощей с кабачками | 147 | 1,56 | 12,50 | 7,24 | 30,93 | 220 | 32,50 | 137 |
| Напиток из плодов шиповника | 82 | 0,48 | 2,84 | 13,62 | 66,00 | 200 | 6,20 | 388 |
| Полдник | 398 | 12,20 | 9,87 | 65,13 | 0,48 | | 32,00 | |
| Сдоба обыкновенная ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ | 322 | 7,85 | 6,12 | 58,83 | 0,03 | 100 | 11,00 | 319 |
| Ряженка | 76 | 4,35 | 3,75 | 6,30 | 0,45 | 150 | 21,00 | 401 |
| 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: | 1 809 | 59,03 | 67,17 | 240,62 | 130,86 | 1843 | 233,30 | |

Составитель шеф-повар

(должность)

(подпись)

Шаталова Л.С.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)