

Согласовано
Начальник лагеря

Ежедневное меню
3 неделя, среда, 13 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Атаян

Школа _____ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	222	Лапшевник с творогом	150/5/2	21,27	248,85	13,8	28,2	19,0
		41/2	Бутерброд с колб, п/к и свежий огурец	30/40/10	15,75	168,88	7,02	14,56	0,12
			Батончик шоколад	20	10,0	108,4	0,86	4,99	20,01
	гор. напиток.		Горячий шоколад	200	6,10	103,5	4,60	5,73	16,45
				Йогурт	80	20,59	192	4,42	0,56
Обед	закуска	5	Овощи по сезону	50	10,0	8,40	0,48	0,06	1,56
	1 блюдо	124	Солянка	250/10/15	29,71	158,5	14,5	9,25	4,5
	2 блюдо	42	Тефтели куриные	60/30	40,95	160,5	10,68	8,55	3,75
	гарнир	508	Рис отварной	130	8,54	204,2	3,6	9,83	35,7
	сладкое		Фрукты свежие	50	8,41	51,7	0,44	0,82	10,78
		847/1	Кисель	200	6,10	94,20	0,04	0,00	24,76
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3,0	182,56	4,42	0,56	44,7
Итого:					108,42	1681,69	96,73	78,96	236,13



