



Павлик И.Р.

Меню на 07.06.2024г
пришкольный лагерь

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет.
			порций		белки	жиры	углеводы	ценность
Пятый день (первая неделя)								
Завтрак								
гор.блюдо		Запеканка творожная с молоком сгущенным 150/20	170	85,82	22,3	11,0	28,9	300,0
гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,23	0,44	0,00	13,98	57,50
хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	3,21	14,00	13,10	82,20
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	0,52	11,44	61,10	0,05
масло	14	Масло сливочное крестьянское	10	9,09	0,1	7,2	0,1	66,2
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	1,12	0,22	9,88	46,40
сыр	15	Сыр Российский	10	10,57	2,30	2,90	0,00	36,20
		Итого завтрак	585	127,87	29,99	46,76	127,06	588,55
Обед								
закуска	70	Овощи солёные (огурец)	60	8,83	0,55	0,06	1,34	8,10
1-е блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	8,22	5,25	5,27	23,3	162
2-е блюдо	291	Плов из птицы 80/160	240	68,93	15,40	17,80	26,00	326,00
сладкое	348	Компот из плодов и ягод сушеных	200	6,41	0,5	0,1	33,0	135,0
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,40	3,21	14,00	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	800	96,53	26,0	37,5	106,6	759,7
		Итого за день	1385,00	224,40	56,00	84,21	233,68	1348,25

Зав производством(буфетчик) _____

Начальник лагеря _____