

Утверждаю.

Начальник лагеря: *Т.В. Чулкова* /Т.В.Чулкова/

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12-16 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
Неделя 1 День 5 <i>21.06.2020</i>	ДЕНЬ № 5- завтрак						
	Каша молочная манная	250	7,88	15,75	36,08	317,6	284
	Бутерброд с маслом	60	1,51	11,72	22,99	109,3	1
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн-2020
	Шоколад	0,2	1,62	7,00	10,2	109,6	
	Итого завтрак:		11,21	34,47	75,77	563,3	
Неделя 1 День 5	ДЕНЬ № 5- обед						
	Салат из капусты с помидорами и огурцами	100	1,3	10,1	3,5	110	54-6з-2020
	Рассольник	250	2,00	5,11	16,93	121,75	2
	Пюре картофельное	200	4,20	10,60	29,40	150,00	694
	Сосиска отварная	100	10,4	20,00	21,20	224,00	536
	Кисель	200	0	0	7,2	36	869
	Хлеб ржаной	70	4,83	0,91	28,63	145,6	
	Фрукты свежие в ассортименте	100	1,5	0,5	21	96	
	Итого обед:		24,23	47,22	127,86	883,35	