

Утверждаю.

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

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12 лет и старше

Дата: 03.06.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1	2	3	4	5	6	7	
Неделя 1 День 2	ДЕНЬ № 2- завтрак						
	Каша молочная рисовая	250	6,5	6,9	35,8	230,6	54-25к
	Блины с маслом сливочным	150/10	11,3	17,65	62,8	428	267
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн-2020
	Батон	50	4,5	1,74	30,84	157,2	б/н
	Итого завтрак:	660	22,5	26,29	135,94	842,6	
	ДЕНЬ № 2- обед						
Неделя 1 День 2	Салат из капусты с помидорами и огурцами	100	2,4	5,8	5,0	85	302
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,82	4,91	12,74	102,50	170
	Гуляш из курицы	100	28,33	28,79	6,21	266,00	643
	Макароны отварные	180	6,12	5,2	36,00	215,3	203
	Компот	200	0,66	0	32,01	131,49	349
	Хлеб ржаной	70	4,83	0,91	28,63	145,6	
	Фрукты свежие в ассортименте (яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	б/н
	Итого обед:	1050	44,76	46,21	135,29	1016,39	