



МЕНЮ

9 июня 2022 г.

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2006	297	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	150/30	29,4	22,5	40,6	470
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,1	5,3	27	171
Итого				36,9	36,9	84,1	800
Обед							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,5	4,3	14	108
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	5,7	36,5	207
2006	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,4	0,9	2,9	21
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	13,6	14	11,8	240
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,8	16,4	84
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
Итого				27,4	26,2	114,1	812
Всего				64,3	63,1	198,2	1612