

Адамова И.И.
Утверждаю начальник лагеря Адамова.И.И.

Меню на каждый день лагеря дневного пребывания "Искорка"

ЗАВТРАК 9 день *13.06.2024*

Наименование блюда	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептов	№Рецептуры
	г.		г.	г.	г.	г.		
Омлет натуральный	200	29,69	5,79	9,8	26,14	205	Сборник рецептов 2005	210, ТТК №16
Сыр		13,40	7,02	5,80	0,00	109,10	НИИ гигиены 2020	54-1з-2020
Батон нарезной	60	6,64	2,80	0,80	20,00	105,60	Сборник рецептов 2012	125
Чай с молоком	200	19,24	4,60	4,30	12,40	106,70	НИИ гигиены 2020	54-7гн-2020
Итого за Завтрак		68,97	7,80	5,50	42,20	259,30		
ОБЕД								
Суп картофельный с фрикадельками	250	16,72	8,89	10,1	25,8	230,8	Сборник рецептов 2015	104, ТТК 17
Жаркое по домашнему	200	65,40	14,10	15,80	25,60	306,30	НИИ гигиены 2020	54-9м-2020, ТТК №10
Чай черный байховый с сахаром	200	6,02	0,20	0,00	6,40	26,40	НИИ гигиены 2020	54-2гн-2020
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	2,00	6,50	0,80	33,80	177,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	2,00	2,40	0,30	14,60	72,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Итого за Обед		92,14	37,35	23,58	110,00	812,84		
Итого за день		161,11	45,15	29,08	152,20	1072,14		
							Шеф повар Яблонская Г.П.	<i>Г.П.</i>