

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

Меню на каждый день лагеря дневного пребывания "Искорка"

ЗАВТРАК 10 день

*14.06.2024*

Наименование блюда	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептов	№Рецептуры
	г.		г.	г.	г.	г.		
Плов с курицей	200	61,01	27,30	7,90	34,70	318,80	НИИ гигиены 2020	54-12м-2020
Батон нарезной	60	6,64	2,80	0,80	20,00	105,60	Сборник рецептов 2012	125
Чай с молоком	200	19,24	0,35	0,08	29,85	122,00	Сборник рецептов 2011	348
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>86,89</b>	<b>23,21</b>	<b>22,90</b>	<b>90,33</b>	<b>670,90</b>		
<b>ОБЕД</b>								
Пюре из бобовых	180	6,43	13,31	6,69	34,19	249,00	Сборник рецептов 2011	199
Суп Полевой	250	6,27	4,86	2,96	13,84	130,00	Сборник рецептов 2004	117, ТТК №8
Курица отварная	120	46,83	27,30	7,90	34,70	318,80	НИИ гигиены 2020	54-12м-2020
Компот из ягод (смородина)	200	10,69	0,30	0,10	8,40	35,40	НИИ гигиены 2020	54-8хн-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
<b>Итого за Обед</b>		<b>74,22</b>	<b>41,29</b>	<b>15,03</b>	<b>122,60</b>	<b>798,33</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>161,11</b>	<b>64,50</b>	<b>37,93</b>	<b>212,93</b>	<b>1469,23</b>		
							Шеф повар Яблонская Г.П	<i>[Signature]</i>