

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
Итого за Завтрак		86,89	23,21	22,90	90,33	670,90		
ОБЕД								
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
Итого за Обед		74,22	41,29	15,03	122,60	798,33		
Итого за день		161,11	64,50	37,93	212,93	1469,23		
							Шеф повар Яблонская Г.П	