

*Адама*  
Утверждаю начальник лагеря Адамова .И.И

Меню на каждый лагерь "Искорка" дневного пребывания

ЗАВТРАК 1 день

*17.06.2024*

Наименование блюда	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептов	№Рецептуры
	г.		г.	г.	г.	г.		
Каша рисовая молочная	200	32,72	6,42	4,90	33,97	205,60	НИИ гигиены 2020	54-9к-2020
Булочка "Веснушка"	100	25,5	0,08	7,25	0,13	66,00	Пром	
Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	9,56	0,30	0,00	6,70	27,60	НИИ гигиены 2020	54-3гн-2020
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>67,78</b>	<b>6,80</b>	<b>12,15</b>	<b>40,80</b>	<b>299,20</b>		

**ОБЕД**

Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	60	5,94	0,66	0,12	2,28	13,20	Сборник рецептов 2015	70
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	13,99	2,15	6,10	12,97	115,42	НИИ гигиены 2020	54-2с-2020
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,59	8,20	6,50	42,80	262,50	НИИ гигиены 2020	54-4г-2020
Котлеты из курицы	120	52,99	17,40	4,32	11,28	153,96	НИИ гигиены 2021	54-5м-2020
Компот из смеси сухофруктов	200	5,81	0,60	0,00	22,70	93,20	НИИ гигиены 2020	54-7хн-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>93,32</b>	<b>37,91</b>	<b>18,14</b>	<b>140,43</b>	<b>888,48</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>161,11</b>	<b>44,71</b>	<b>30,29</b>	<b>181,23</b>	<b>1187,68</b>		
							Шеф повар Яблонская Г.П	<i>Г.П.</i>