

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

Меню на каждый день лагеря дневного пребывания "Искорка"

ЗАВТРАК 7 день *25.06.2024*

Наименование блюда	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептов	№Рецептуры
	г.		г.	г.	г.	ккал		
Каша рисовая молочная	250	32,72	6,42	4,90	33,97	205,60	НИИ гигиены 2020	54-9к-2020
Сыр твердых сортов в нарезке	20	13,86	4,68	6,00	0,00	72,73	НИИ гигиены 2020	54-1з-2020
Батон нарезной	60	6,64	2,80	0,80	20,00	105,60	Сборник рецептов 2012	125
Чай черный байховый с сахаром и лимоном	200	9,56	0,20	0,00	6,40	26,40	НИИ гигиены 2020	54-2гн-2020
<b>Итого за завтрак</b>		<b>62,78</b>	<b>38,83</b>	<b>8,95</b>	<b>53,55</b>	<b>458,33</b>		

**ОБЕД**

Салат из моркови	60	9,40	0,90	2,70	26,30	52,90	Сборник рецептов 2004	40
Суп картофельный с клецками	250	4,28	5,75	4,00	26,20	123,77	НИИ гигиены 2020	54-6с-2020
Картофельное пюре	180	15,32	3,60	6,84	28,44	189,96	НИИ гигиены 2020	54-11г-2020
Чаххабили	120	59,31	4,90	8,50	4,02	115,00	Сборник рецептов 2004	491, ТТК №2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>98,33</b>	<b>32,18</b>	<b>30,92</b>	<b>155,29</b>	<b>962,10</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>161,11</b>	<b>71,01</b>	<b>39,87</b>	<b>208,84</b>	<b>1420,43</b>		
							Шеф повар Яблонская.Г.П	<i>Г.П.</i>