

Адам
Утверждаю начальник лагеря Адамова.И.И

Меню на каждый день лагеря дневного пребывания "Искорка"

ЗАВТРАК 8 день

26.06.2024

Наименование блюда	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептов	№Рецептуры
	г.		г.	г.	г.	ккал		
Оладьи с джемом	150	19,54	9,40	9,60	56,60	350,60	Сборник рецептов 2011	448
Кондитерское изделие (Печенье)	20	12,62	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
Кофейный напиток с молоком	200	27,48	1,50	1,40	8,60	52,90	НИИ гигиены 2020	54-6гн-2020
Итого за завтрак		66,28	25,79	34,00	32,80	547,36		
ОБЕД								
Салат из капусты квашенной	60	8,67	1,02	3,00	5,07	51,42	Сборник рецептов 2015	47
Рассольник "Ленинградский"	250	6,94	1,50	1,90	13,20	76,70	НИИ гигиены 2020	54-15с-2020
Тефтелт куриные с мясом	120	62,73	10,97	9,65	9,88	170	Сборник рецептов 2020	54-8м-2020, ТТК №9
Макароны отварные	180	6,47	6,00	6,36	42,00	249,60	НИИ гигиены 2020	54-1г-2020
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		94,83	38,39	23,49	88,90	742,70		
Итого за день		161,11	64,18	57,49	121,70	1290,06		
							Шеф повар Яблонская Г.П	<i>Г.П.</i>