

*Адамов*  
Утверждаю начальник лагеря Адамова.И.И

Меню на каждый день лагеря дневного пребывания "Искорка"

ЗАВТРАК 9 день

*27.06.2024*

Наименование блюда	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептов	№Рецептуры
	г.		г.	г.	г.	г.		
Омлет натуральный	200	29,69	5,79	9,8	26,14	205	Сборник рецептов 2005	210, ТТК №16
Сыр	180	13,40	7,02	5,80	0,00	109,10	НИИ гигиены 2020	54-1з-2020
Батон нарезной	60	6,64	2,80	0,80	20,00	105,60	Сборник рецептов 2012	125
Чай с молоком	200	19,24	4,60	4,30	12,40	106,70	НИИ гигиены 2020	54-7гн-2020
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>68,97</b>	<b>7,80</b>	<b>5,50</b>	<b>42,20</b>	<b>259,30</b>		
<b>ОБЕД</b>								
Суп картофельный с фрикадельками	250	16,72	8,89	10,1	25,8	230,8	Сборник рецептов 2015	104, ТТК 17
Жаркое по домашнему	200	65,40	14,10	15,80	25,60	306,30	НИИ гигиены 2020	54-9м-2020, ТТК №10
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>92,14</b>	<b>37,35</b>	<b>23,58</b>	<b>110,00</b>	<b>812,84</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>161,11</b>	<b>45,15</b>	<b>29,08</b>	<b>152,20</b>	<b>1072,14</b>		
							Шеф повар Яблонская Г.П	<i>Яблонская</i>