

Меню школьного лагеря

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

Завтрак

0,45	0,08	1,55	10	40	Помидоры свежие
10,80	13,51	2,25	174	120	Омлет натуральный
0,20	0,05	10,05	41	200	Чай с сахаром
8,78	3,30	11,42	130	30/20	Бутерброд с мясом куриным
2,15	0,36	13,33	65	32,5	Хлеб ржаной
22	17	39	420		

Обед

0,69	3,68	2,47	46	60	Салат витаминный
5,53	7,09	19,15	164	200	Рассольник Ленинградский с цыпленком и сметаной
12,51	30,34	12,19	373	90	Зразы любительские
5,03	5,29	40,75	231	150	Картофель отварной
0,40	0,08	23,22	95	200	Компот из сухофруктов
2,15	0,36	13,33	65	32,5	Хлеб ржаной
26	47	111	975		

Полдник

0,80	0,40	8,10	47	100	Киви
1		8	47		

ИТОГО

164-44

Руководитель
 Зав. производством

Калькулятор
 Технолог

Литвиненко К. И.

Марченкова Ю. И.

Багажкова М. С.