

Возрастная категория
с 7 до 11 лет

МЕНЮ

от 26.06.2023

Утверждаю

Чемберисова Ч.Н.

Начальник лагеря

М.П.

День 6

ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюда	Масса порц., г	Пищевые вещества, г			Энер.цен. Ккал
			Б	Ж	У	
54-63	Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов	60	1,98	5,58	4,8	76,92
347	Котлеты рубленные из птицы	90	15,4	10,8	15	210
202	Макароны отварные	150	5,47	4,17	33,25	196,3
395	Кофейный напиток на молоке	200	1,7	1,4	16,1	81
Пр-во	Конд. изд	40	1,5	6	74	360
	Хлеб йодированный	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	Итого	650	27,75	22,45	86,25	724,42

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюда	Масса порц., г	Пищевые вещества, г			Энер.цен. Ккал
			Б	Ж	У	
54	Икра морковная	80	1,68	5,84	8,32	92
101	Суп картофельный с крупой и мясом	200/18	1,6	1,54	11,6	68
291	Плов из курицы	150	38,07	31,87	62,4	706,87
58	Кисель ягодный	200	0	0	20	76
Пр-во	Пирожки печеные с яблоками	100	5,4	4,5	41,5	128
	Хлеб йодированный	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	Итого	780	49,95	44,25	160,92	1201,07
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		77,7	66,7	247,17	1925,49