



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
летнего оздоровительного лагеря
на 17 июля 2021г.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда			Пищевые вещества, г					Эн.цен. ккал
		кол-во	цена	масса порции	цена	Б	Ж	У	
1	2			3	4	5	6	7	8
17 июля 2021г.									
ЗАВТРАК									
14 Сб. рец. 2011	Масло сливочное (порциями)			10	3,50р.	0,04	3,62	0,65	33
212 Сб. рец. для	Омлет			135	46,74р.	16,06	26,35	37,01	286
23 Сб.	Салат из свежих помидор			100	34,86р.	4,4	12,4	4,4	146
377 Сб.	Какао			200	19,81р.	3,17	2,68	15,95	100,6
ПП	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	0,05	95	50/32	4,75р.	6,45	1,1	35	173
Итого за завтрак					109,66р.	30,1	46,2	93,0	738,6
ОБЕД									
19 Сб. рец. для	Салат из свежих огурцов и помидор			200	56,86р.	1,4	15,4	9	178,4
113 Сб.рецепт	Суп-лапша с окорочком			250	31,49р.	5,824	7,392	16,576	95,2
238 Сб.	Тефтеля мясная			120	46,06р.	8,44	25,01	25	276,9
312 Сб.	Картофельное пюре			200	18,50р.	1,9	1,4	12,3	82,3
376 Сб.	Чай с сахаром			200	2,28р.	0,16	0,16	25,88	104,6
ПП	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	0,07	95	70/40	6,65р.	6,16	1,4	44,4	231,6
Полдник									
338 Сб. рец. 2011	Фрукты свежие					1,5	0,5	21	96
	апельсин	0,27	237	270	63,99р.				
ПР	Сок фруктовый					1,5	0,5	21	96
	Сок фруктовый	0,2	110	0,2	22,00р.				
об.рецепт	Шарлотка с яблоком			150	25,35р.	10,5	9	62	103,2
Итого за обед и полдник					273,18р.				
ИТОГО					382,83р.				

Заместитель по АХЧ

А.Журавлёва