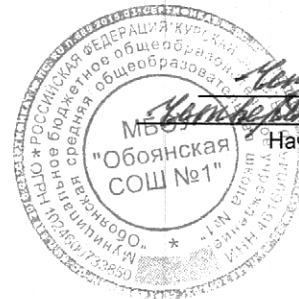


Возрастная категория
с 11 лет и старше

МЕНЮ



Утверждаю

Чистова И.И.
Начальник лагеря

День 7

ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюда	Масса порц., г	Пищевые вещества, г			Энер. цен. Ккал
			Б	Ж	У	
185	Каша пшеничная молочная жидкая	180	6,7	7,92	31,68	224,64
52	Морковь с сахаром	100	1,04	0,064	8,4	36
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	35
Пр-во	Блинчики с яблочным фаршем	100	6,27	6,13	39,07	236
Пр-во	Кукурузные палочки	70	3	12	76	420
	Хлеб йодированный	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	Итого	630	17,31	15,21	106,15	661,84

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюда	Масса порц., г	Пищевые вещества, г			Энер. цен. Ккал
			Б	Ж	У	
69	Винегрет с сельдью	100	5,3	4,3	7,3	88
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	100,2	82
95	Печень по-строгоновски	100	24,23	16,5	2,83	257,5
202	макароны отварные	180	6,57	5,004	39,906	235,566
631	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	17,2	68
236	Оладьи с молоком сгущенным	100	10,13	10,33	60,4	374
Пр-во	Зефир	44,5	1,2	7,7	78,7	380
	Хлеб йодированный	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	Итого	930	51,08	40,66	224,93	1235,26

ИТОГО ЗА ДЕНЬ

68,39 55,87 331,08 1897,1