



оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Цена | | Химический состав | | | | |
|-------------|--|-------------|---------------|--------------|-------------------|---------------|-------------------------------|--------------|---------------|
| | | | руб | белки, г | жиры, г | углеводы | энергетическая ценность, ккал | клетчатка, г | витамин С, мг |
| 173 | Каша вязкая на молоке из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом (овсяные хлопья "Геркулес", Молоко 2,5%, слив.масло 72%, сахар, йодипр.соль) | 200/10 | 15,18 | 8,31 | 13,12 | 37,63 | 303,00 | 0,96 | |
| 243 | Сосиски отварные (сосиски говяжьи) | 55 | 19,18 | 9,60 | 13,84 | 26,90 | 271,00 | 0,00 | |
| 209 | Яйца вареные (яйцо куриное С-1 вареное) | 40 | 7,50 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | 0,00 | |
| 378 | Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар) | 200 | 4,28 | 1,52 | 1,35 | 15,90 | 81,00 | 1,33 | |
| ПР | Батон особый (муча пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодипр. соль) | 20 | 1,50 | 2,40 | 0,36 | 13,83 | 68,16 | 0,00 | |
| ПР | Кондитерское биквитное изделие в индий-упаковке | 32 | 10,90 | 1,60 | 5,12 | 18,24 | 124,80 | 0,00 | |
| | Итого: | 557 | 58,54 | 28,51 | 38,39 | 112,78 | 910,96 | 2,29 | |
| | <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 24 | Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры, огурцы св., раст. Масло, лук зел.) | 50 | 9,13 | 0,48 | 3,04 | 1,82 | 35,35 | 4,13 | |
| 88 | Пи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса рыблят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодипр. соль) | 200 | 11,89 | 5,31 | 8,27 | 6,40 | 82,40 | 12,62 | |
| 271/331 | Котлеты домашние в сметанном соусе с томатом (овин., говядина, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, сметана 15%, томат, йодипр.соль) | 60/30 | 21,55 | 6,36 | 9,57 | 6,90 | 140,20 | 0,56 | |
| 304 | Рис отварной (крупа рисовая, слив. масло 72%, йодипр. соль) | 130 | 9,33 | 3,16 | 4,66 | 31,79 | 181,74 | 0,00 | |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота) | 200 | 3,89 | 0,16 | 0,09 | 32,01 | 132,80 | 0,73 | |
| ПР | Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодипр.) | 25/25 | 2,69 | 2,96 | 0,55 | 24,70 | 114,96 | 0,00 | |
| 338 | Десерт фруктовый (банан свежий) | 200 | 28,60 | 3,00 | 0,50 | 42,00 | 192,00 | 20,00 | |
| | Итого: | 920 | 87,08 | 21,43 | 26,68 | 145,62 | 879,45 | 38,04 | |
| | Всего за день: | 1477 | 145,62 | 49,94 | 65,07 | 258,40 | 1790,41 | 40,33 | |

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством:

Ильина

Ильина В.В.