

**МЕНЮ НА 29.10.2024
НА ОСЕННИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ**

| | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Номер рецептуры или технологической карты | Стоимость, руб | |
|---------------|------------------------------|-----------|------------------|---------------|---------------|-------------------------------|---|----------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | |
| 2 день | Завтрак | | | | | | | 2 день | |
| | Запеканка из творога | г | 200 | 32,000 | 33,600 | 31,870 | 366,000 | 313 | 69,93 |
| | Сгущенное молоко | г | 25 | 1,800 | 2,120 | 13,870 | 81,750 | 471 | 10,53 |
| | Какао с молоком | г | 200 | 3,600 | 3,300 | 25,000 | 144,000 | 497 | 18,22 |
| | Батон нарезной | г | 50 | 3,750 | 1,450 | 25,700 | 131,000 | 111 | 6 |
| | Итого завтрак: | | 475 | 41,150 | 40,470 | 96,440 | 722,750 | | 104,68 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | |
| | Кисель | г | 200 | 0,400 | 0,060 | 22,200 | 90,000 | 485 | 10,46 |
| | Батон нарезной | г | 20 | 1,500 | 0,580 | 10,280 | 52,400 | 111 | 2,4 |
| | Итого второй завтрак: | | 220 | 1,900 | 0,640 | 32,480 | 142,400 | | 12,86 |
| | Обед | | | | | | | | |
| | Икра свекольная | г | 100 | 2,400 | 7,100 | 10,400 | 115,000 | 119 | 23,61 |
| | Суп картофельный с бобовыми | г | 230/20 | 2,300 | 4,250 | 15,125 | 108,000 | 144 | 18,34 |
| | Птица в соусе с томатом | г | 120 | 13,600 | 13,500 | 4,100 | 192,000 | 405 | 68,75 |
| | Картофельное пюре | г | 180 | 3,780 | 7,920 | 19,620 | 165,600 | 429 | 19,56 |
| | Компот из свежих яблок | г | 200 | 0,50 | 0,00 | 23,10 | 96,000 | 507 | 9,43 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | г | 30 | 1,980 | 0,360 | 10,200 | 54,300 | 110 | 1,8 |
| | Батон нарезной | г | 20 | 1,500 | 0,580 | 10,280 | 52,400 | 111 | 2,4 |
| | Итого обед: | | 650 | 26,06 | 33,71 | 92,83 | 783,30 | | 143,89 |
| | Полдник | | | | | | | | |
| | Сок фруктовый | г | 200 | 1,00 | 0,200 | 0,200 | 92,000 | 518,000 | 25,00 |
| | Вафли | г | 20 | 0,56 | 0,500 | 11,600 | 52,500 | 588,000 | 7,00 |
| | Банан (поштучно) | г | 250 | 2,620 | 0,870 | 36,710 | 167,730 | 112 | 64,07 |
| | Итого полдник: | | 470 | 4,180 | 1,570 | 48,510 | 312,230 | | 96,07 |
| | Итого за день: | | | 73,290 | 77,650 | 270,255 | 1 960,680 | | 357,50 |

Начальник лагеря
Зав. производством

Жучкова Е.В.
Утенкова Л.Н.