

МЕНЮ

Утверждаю
Начальник лагеря:

КМ
Канатова С.

7 день

№ реп	Наименование блюд	выход	белки	жиры	углево ды	Калор.
	Завтрак 1					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7
648	Кисель	200	0,00	0,00	15,3	49,6
8	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	85,7
	Итого:		10,7	7,1	68	369
	Завтрак 2					
	Вафли	60	1,7	2,0	56,8	237,3
	Обед					
54-3з	Помидор в нарезке	60	0,35	0,05	1,15	6,4
204	Суп картофельный с крупой	200	11,74	2,27	11,43	73,2
245	Жареная рыба	70/50	11,64	5,07	3,10	444,49
161	Гороховое пюре	150	17,58	8,5	40,99	291
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	19,6	83,4
7	Хлеб ржаной	50	4,6	0,8	22,6	126,7
8	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого:		51,68	19,96	176,57	1369,69
	Итого за день:		62,38	27,06	244,57	1738,69