

Лагерь ЦДП (Лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
50	Салат из белокочанной капусты 50	Калорийность-72, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
75	Тефтели рыбные 75	Калорийность-191, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
180	Картофельное пюре 180	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	
200	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7	
200	Сок в ассортименте 0,2л	Калорийность-460, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-101	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
Обед2			
250	Суп-лапша домашняя 250	Калорийность-96, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
60	Цыплята отварные 60	Калорийность-92, Белки-19, Жиры-1, Углеводы-1	
180	Рис припущенный 180	Калорийность-242, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-42	
200	Напиток из замороженной компотной смеси 200	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за день		Калорийность-1 624, Белки-58, Жиры-36, Углеводы-258	125-60

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.Бухгалтер-
калькулятор

Алексеева А.А.