



Лагерь ЛДП

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Горячий завтрак

100	<i>Десерт фруктовый</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	
180	<i>Плов с изюмом</i>	Калорийность-346, Белки-4, Жиры-13, Углеводы-54	
200	<i>Напиток с витаминами "ВитаЛайт НК"</i>	Калорийность-35, Углеводы-9	
40	<i>Печенье</i>	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	

Итого за Горячий завтрак Калорийность-659, Белки-10, Жиры-19, Углеводы-117

Обед

60	<i>Салат "Осенний"</i>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10	
235	<i>Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной, фрикадельками</i>	Калорийность-175, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-8	
90	<i>Гуляш</i>	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
154	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	<i>Кисель</i>	Калорийность-21, Углеводы-5	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	

Итого за Обед Калорийность-811, Белки-36, Жиры-36, Углеводы-85

Итого за день Калорийность-1 470, Белки-46, Жиры-55, Углеводы-202

Директор  Абрамова Т.Ю.

Технолог  М.Р.

Бухгалтер-калькулятор  Мелентьева Т.Ю.