

Лагерь ЛТО (Лагерь ЛТО)

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

Горячий завтрак1

185	Каша ячневая молочная вязкая 185	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33
90	Сырники из творога 90	Калорийность-227, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-21
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21

Итого за Горячий завтрак1 Калорийность-578, Белки-24, Жиры-17,
Углеводы-82

Обед1

210	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 210	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10
90	Рыбные палочки с соусом 90	Калорийность-192, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-16
180	Рис припущенный 180	Калорийность-242, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-42
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19

Итого за Обед1 Калорийность-749, Белки-24, Жиры-23,
Углеводы-114

Итого за день Калорийность-1 327, Белки-49, Жиры-39, **156-00**
Углеводы-197

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-каль
кулятор

Алексеева А.А.