

Лагерь ЛДП (Лагерь)

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

Горячий завтрак I

1 шт	Яблоко	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
45	Гренки с сыром	Калорийность-133, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-14	
185	Каша вязкая молочная пшеничная	Калорийность-259, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-34	
200	Какао с молоком	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	

Итого за Горячий завтрак I Калорийность-651, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-92

Обед I

100	Салат "Мишат"	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-7	
200	Уря с птицей	Калорийность-138, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-15	
100	Рыба тушеная в томате с овощами	Калорийность-154, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-4	
154	Макаронные изделия отварные	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток лимонный	Калорийность-77, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	

Итого за Обед I Калорийность-812, Белки-33, Жиры-29, Углеводы-104

Итого за день Калорийность-1 463, Белки-54, Жиры-48, Углеводы-196

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.Бухгалтер-каль
кулятор

Мелентьева Т.Ю.