

Лагерь ЛТО (Лагерь ЛТО)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак I			
185	Каша вязкая молочная пшеница 185	Калорийность-259, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-34	
90	Запеканка из творога с молочным соусом 90	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
Итого за Горячий завтрак I		Калорийность-553, Белки-22, Жиры-18, Углеводы-69	
Обед I			
100	Салат Витаминный 100	Калорийность-101, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
200	Уха ростовская 200	Калорийность-140, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-16	
180	Плов 180	Калорийность-353, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-41	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед I		Калорийность-789, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-110	
Итого за день		Калорийность-1 342, Белки-47, Жиры-46, Углеводы-179	156-00

Директор  Абрамова Т.Ю.

Технолог  Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-каль
кулятор  Алексеева А.А.

