

Лагерь ЛТО (Лагерь ЛТО)

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

Горячий завтрак1

200	Суп молочный с крупой рисовой 200	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16
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 завтрак1 Калорийность-414, Белки-19, Жиры-14,
Углеводы-52

Обед1

200	Уха ростовская 200	Калорийность-140, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-16
90	Гуляш из мяса птицы 90.	Калорийность-79, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-2
187	Каша гречневая вязкая 187	Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43
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-726, Белки-36, Жиры-17,
Углеводы-108

Итого за день Калорийность-1 140, Белки-55, Жиры-31,
Углеводы-159 **156-00**

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-каль
кулятор

Алексеева А.А.