

**Лагерь ЛТО (Лагерь ЛТО)**

| Выход (г)                        | Наименование блюда                                      | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b><u>Горячий завтрак1</u></b>   |                                                         |                                                                                |                               |
|                                  | <b>Яблоко</b>                                           | Калорийность-41, Углеводы-11                                                   |                               |
| 90                               | <b>Птица отварная 90.</b>                               | Калорийность-138, Белки-29, Жиры-2,<br>Углеводы-1                              |                               |
| 150                              | <b>Рис припущенный 150</b>                              | Калорийность-202, Белки-3, Жиры-5,<br>Углеводы-35                              |                               |
| 200                              | <b>Чай с сахаром 200</b>                                | Калорийность-27, Углеводы-7                                                    |                               |
| 30                               | <b>Хлеб пшеничный для<br/>детского питания 30</b>       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                          |                               |
| <b>Итого за Горячий завтрак1</b> |                                                         | Калорийность-485, Белки-35, Жиры-8,<br>Углеводы-69                             |                               |
| <b><u>Обед1</u></b>              |                                                         |                                                                                |                               |
| 250                              | <b>Суп-лапша (п/ф) домашняя<br/>250</b>                 | Калорийность-50, Жиры-4, Углеводы-2                                            |                               |
| 180                              | <b>Вареники с картофелем 180/4</b>                      | Калорийность-275, Белки-7, Жиры-7,<br>Углеводы-46                              |                               |
| 200                              | <b>Чай с сахаром 200</b>                                | Калорийность-27, Углеводы-7                                                    |                               |
| 30                               | <b>Хлеб пшеничный для<br/>детского питания 40</b>       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                          |                               |
| 40                               | <b>Хлеб ржано-пшеничный для<br/>детского питания 40</b> | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                          |                               |
| <b>Итого за Обед1</b>            |                                                         | Калорийность-519, Белки-13, Жиры-12,<br>Углеводы-89                            |                               |
| <b>Итого за день</b>             |                                                         | Калорийность-1 004, Белки-48, Жиры-21,<br>Углеводы-158                         | <b>156-00</b>                 |

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-каль  
кулятор

Алексеева А.А.