

Лагерь ЛДП

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

Горячий завтрак

1 шт Банан

Калорийность-224, Белки-3, Жиры-3,
Углеводы-49

157 Омлет натуральный

Калорийность-275, Белки-15, Жиры-23,
Углеводы-3200 Напиток из замороженной
компотной смеси

Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4

30 Хлеб пшеничный

Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16

30 Хлеб ржано-пшеничный

Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12

Итого за Горячий завтрак 1 Калорийность-659, Белки-23, Жиры-28,
Углеводы-84Обед100 Салат из белокочанной
капустыКалорийность-143, Белки-3, Жиры-10,
Углеводы-10200 Суп картофельный с
клецкамиКалорийность-94, Белки-5, Жиры-3,
Углеводы-11110 Фрикадельки "Румяные
щечки" с соусомКалорийность-166, Белки-17, Жиры-7,
Углеводы-9180 Картофель, запеченный по -
домашнемуКалорийность-227, Белки-5, Жиры-6,
Углеводы-38200 Кофейный напиток на
молокеКалорийность-91, Белки-4, Жиры-4,
Углеводы-11

30 Хлеб пшеничный

Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16

20 Хлеб ржано-пшеничный

Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8

Итого за Обед 1 Калорийность-840, Белки-36, Жиры-31,
Углеводы-104Итого за день Калорийность-1 499, Белки-59, Жиры-58,
Углеводы-188

140-00

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.Бухгалтер-каль
кулятор

Мелентьева Т.Ю.