

Повар-бригадир

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на <u>сезон</u> 2025г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20,4	25,0	110,9	749,4	87-00
Каша пшеничная жидкая	250	10,8	9,6	35,8	273	30-00
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	16-00
Какао с молоком	200	3,9	4,2	22,2	142	15-65
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	2-00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	2-00
Обед		33,6	35,2	147,7	1042,1	117-72
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	12-65
Суп картофельный с бебо <u>вымя</u> с курицей <u>и зеленью</u>	250/15	7,9	5,8	14,5	142	31-78
Котлеты (из говядины и <u>птицы</u>)	100	15,4	15,6	15,8	265	44-81
<u>Макаронный отвар</u>	180	5,5	6,9	16,8	151	5-48
<u>Сыт с сахаром</u>	200	0,5	0,0	34,0	138	7-01
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	8-00
Хлеб ржаной	80	1,8	1,0	30,2	137	8-00
Полдник		19,2	18,3	51,1	445,9	41-50
<u>Чайко. напиток</u>	<u>70</u>	19,1	18,3	38,5	395	24-50
<u>Сок фруктовый</u>	200	0,1	0,0	12,6	51	17-00
ИТОГО:		73	78	310	2237	216-22

Мед. Работник
Повар-бригадир

Ваткулова С.И.
Меркулов - это