

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
10/60	Бутерброд с маслом сливочным	Калорийнос-363, Белок-5, Жиры-10, углеводы-56
220/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	Калорийнос-530, Белок-27, Жиры-26, углеводы-110
200/15	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийнос-986, Белок-33, Жиры-35, углеводы-191
<u>Обед</u>		
60	Огурец соленый	Калорийнос-24, углеводы-6
200/13	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	Калорийнос-182, Белок-8, Жиры-10, углеводы-26
90	Котлеты или биточки рыбные	Калорийнос-129, Белок-8, Жиры-6, углеводы-11
150	Пюре картофельное	Калорийнос-233, Белок-19, Жиры-18, углеводы-38
200	Компот из свежих плодов	Калорийнос-196, Белок-1, углеводы-23
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
165	Фрукты свежие	Калорийнос-129, Белок-1, Жиры-1, углеводы-27
Итого за Обед		Калорийнос-1 029, Белок-40, Жиры-31, углеводы-160
Итого за день		Калорийнос-2 015, Белок-73, Жиры-66, углеводы-351

Директор

Зав.
производством

315-00

