

Утверждаю
Нач. лагеря

Наговицына Н.Л.

4 день - 05.06

Завтрак		масса	белки	жиры	углеводы	клетчатка	цена
54-23к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	200	6,80	5,80	32,10	208,30	14-20
54-21гн-2020	какао с молоком	200	4,60	2,80	15,00	94,00	11-90
	батон нарезной	30	1,90	0,80	19,92	104,80	3-90
	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,30	2,93	0,00	35,83	8-20
	яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44,00	14-00
	Итого завтрак	540	16,00	12,73	76,82	486,93	52-20
Обед							
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,50	0,10	1,50	8,50	12-30
54-1с-2020	щи из свежей капусты с картофелем	200	1,26	3,60	4,62	56,00	18-90
54-9м-2020	жаркое по-домашнему	240	18,10	17,70	22,20	318,00	78-40
54-13хн-2020	напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	4-90
	хлеб пшеничный	30	2,20	0,27	14,97	67,80	2-30
	хлеб дарницкий	30	1,80	0,28	12,80	61,20	2-00
	йогурт	200	5,40	5,00	29,60	158,0	21-10
	Итого обед	960	29,86	27,15	100,83	734,80	139-90
	Всего за день	1500	45,86	39,88	177,65	1221,73	192-10