

Утверждаю
нач. лагеря  Наговицына Н.Л.

3 день - 04.06.2025 г

Завтрак		Масса порции	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценность (ккал)	цена
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	9,70	10,70	21,70	250,20	61-90
54-23гн-2020	Кофейный напиток	200	1,60	2,90	11,30	86,0	9-80
	батон нарезной	40	3,08	1,20	19,92	104,80	3-90
	Банан	110	1,60	0,55	23,00	104,00	17-00
	Итого завтрак	500	15,98	15,35	75,92	545,00	101-80
	Обед						
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,60	6,10	6,20	85,70	7-20
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	200	4,62	3,28	11,40	93,54	13-90
209	Каша вязкая (пшеничная)	150	3,99	4,25	24,56	153,00	5-90
54-24м-2020	Шницель из курицы	90	11,28	5,94	10,12	121,68	39-50
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,93	41,50	6-90
	хлеб пшеничный	30	2,20	0,27	14,91	67,80	2-30
	Хлеб дарницкий	30	1,80	0,28	12,80	61,20	2-00
Пермь, 2018	Ватрушка с повидлом	80	3,66	2,87	26,40	191,30	5-60
	Итого обед	840	29,30	23,13	116,32	815,72	83-30
	Всего за день	1330	45,28	38,48	192,24	1360,72	185-10