

Лагерь ЛДП (Лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Горячий завтрак1</u>			
1 шт	Яблоко	Калорийность-53, Углеводы-11	
100	Йогурт	Калорийность-80, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10	
210	Каша овсяная молочная жидкая	Калорийность-298, Белки-8, Жиры-14, Углеводы-35	
200	Чай с молоком и сахаром	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-603, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-80	68-82
<u>Обед1</u>			
100	Салат Витаминный	Калорийность-101, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
210	Рассольник "Ленинградский"	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Пельмени "Сказка" н/ф	Калорийность-440, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-22	
200	Напиток из свежих плодов (яблоки)	Калорийность-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Обед1		Калорийность-845, Белки-30, Жиры-32, Углеводы-92	71-18
Итого за день		Калорийность-1 448, Белки-47, Жиры-52, Углеводы-172	140-00

 Директор  Абрамова Т.Ю.

 Технолог  Ахметзянова
М.Р.

 Бухгалтер-каль
кулятор  Мелентьева Т.Ю.