

Лагерь ЛДП (Лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Горячий завтрак1

100	Десерт фруктовый	Калорийность-60, Углеводы-15
180	Плов с изюмом	Калорийность-346, Белки-4, Жиры-13, Углеводы-54
200	Напиток с витаминами "	Калорийность-35, Углеводы-9
40	ВитаЛайт НК"	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24
30	Печенье	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16

Итого за Горячий завтрак1 Калорийность-659, Белки-10, Жиры-19,
Углеводы-117

Обед1

60	Салат "Осенний"	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10
235	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной, фрикадельками	Калорийность-175, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-8
90	Гуляш	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4
154	Макаронные изделия отварные	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33
200	Кисель	Калорийность-21, Углеводы-5
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9

Итого за Обед1 Калорийность-811, Белки-36, Жиры-36,
Углеводы-85

Итого за день Калорийность-1 470, Белки-46, Жиры-55, **150-22**
Углеводы-202

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.Бухгалтер-каль
кулятор

Мелентьева Т.Ю.