



Лагерь ЛДП (Лагерь)

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

Горячий завтрак

90	Тефтели из говядины с рисом и соусом	Калорийность-221, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-31	
200	Напиток из замороженной компотной смеси	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
Итого за Горячий завтрак		Калорийность-549, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-78	

Обед

200	Суп домашний с кулламай	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	
100	Рыба тушеная в томате с овощами	Калорийность-154, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-4	
155	Каша гречневая вязкая	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Напиток из смородины	Калорийность-35, Углеводы-8	
100	Десерт фруктовый	Калорийность-60, Углеводы-15	
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 Обед		Калорийность-678, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-95	

Итого за день Калорийность-1 227, Белки-45, Жиры-46, Углеводы-173 **150-22**

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.

Бухгалтер-каль
кулятор

Мелентьева Т.Ю.