

**Лагерь ЛДП (Лагерь)**

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

**Горячий завтрак I**

1 шт	Яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
150	Запеканка из творога с молочным соусом	Калорийность-317, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-23	
200	Морс ягодный	Калорийность-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
<b>Итого за Горячий завтрак I</b>		Калорийность-614, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-88	<b>83-86</b>

**Обед I**

100	Салат из свеклы с растительным маслом	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	
210	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-8	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-169, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-13	
155	Каша гречневая вязкая	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Напиток из смеси сухофруктов	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
<b>Итого за Обед I</b>		Калорийность-833, Белки-27, Жиры-31, Углеводы-110	<b>56-14</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 448, Белки-54, Жиры-48, Углеводы-198	<b>140-00</b>

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова  
М.Р.Бухгалтер-каль  
кулятор

Мелентьева Т.Ю.