

30.10.2025

ЛАГЕРЬ (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак²			
100	Салат Степной¹100	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7	
200	Паста сливочная с курицей² 200	Калорийность-436, Белки-17, Жиры-27, Углеводы-32	
200	Чай с сахаром² 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
45	Печенье² 45	Калорийность-176, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	
40	Хлеб пшеничный для детского питания² 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания² 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Горячий завтрак²		Калорийность-897, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-114	
Обед²			
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной² 260	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13	
90	Фрикадельки Румяные щечки" с соусом² 90	Калорийность-131, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-7	
200	Рис припущенный² 200	Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47	
200	Напиток из замороженной компотной смеси² 200	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
40	Хлеб пшеничный для детского питания² 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания² 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед²		Калорийность-727, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-111	
Итого за день		Калорийность-1 624, Белки-56, Жиры-59, Углеводы-225	156-00

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-каль

кулятор

Алексеева А.А.