



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 7

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	182	Каша ячневая молочная	210	289,93	7,41	11,51	39,84	21,68
2.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	146,2	2,36	8,49	14,66	15,07
3.	382	Какао с молоком сгущенным	200	148,17	3,7	3,93	25,39	13,42
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,03
		Итого	470	631,9	14,99	24,09	89,61	52,20

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	71	Огурцы свежие порциями.	60	8,4	0,48	0,6	1,56	11,75
2.	97	Суп картофельный с горохом	200	92,79	1,9	2,25	15,76	5,08
3.	291	Плов из птицы	200	450,18	19,58	25,78	36,56	73,59
5.	348	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	4,87
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	700	775,42	25,25	29,15	102,4	98,58

Старший повар _____ /

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В