

02.07.2025 1ср

Городской лагерь лето 2025

ИНН 5011077285

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цсп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--	----------------------

Завтрак

35	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый, масло сливочное</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-121	
205	Каша молочная пшениная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-9, Углеводы-41, Калорийность-283	
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-85	
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	
510	Итого за Завтрак	Белки-21, Жиры-19, Углеводы-96, Калорийность-674	

Обед

60	Салат из свежих помидор <i>помидоры, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Жиры-6, Углеводы-2, Калорийность-64	
200	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-97	
100	Тефтели из говядины с рисом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-9, Углеводы-9, Калорийность-196	
180	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-54, Калорийность-317	
200	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
800	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-26, Углеводы-119, Калорийность-859	
800	Итого за день	Белки-47, Жиры-45, Углеводы-215, Калорийность-1 533	224-60

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП