

Г.Г.Салтыкова

горячего питания в пришкольном лагере

"30" 05 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	70	0,76	4,31	2,43	53,07	23
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ	160	16,57	31,15	4,34	364,48	215
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	430
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ/	1 шт.	3,20	8,40	15,00	148,39	ПР
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,44	0,20	16,06	75,78	ПР
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19	ПР
Итого за прием пищи:	595	25,86	44,32	60,23	741,61	
Обед						
САЛАТ ИЗ МОЛОДОЙ КАПУСТЫ	70	0,90	3,05	3,55	45,80	45
БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ	250	3,39	6,51	12,79	123,65	85
ПЛОВ С МЯСОМ	240	14,69	32,32	50,88	553,69	291
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА	200	0,30	0,06	23,14	94,09	359
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19	ПР
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,44	0,20	16,06	75,78	ПР
Итого за прием пищи:	820	24,61	42,40	119,14	954,20	
Всего за день:		50,47	86,72	179,37	1 695,81	4

Стоимость питания - 528,30 руб/день

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!