

Утверждаю  
Начальник лагеря Т.С. Паликарпова



Меню  
7 день

Прием пищи	наименование блюда	вес блюда (гр.)	пищевые вещества			энергетическая ценность
			белки	жиры	углеводы	
завтрак	Каша молочная геркулесовая	210	4,52	4,07	35,46	158,64
	Батон нарезной	40	4,48	0,8	30,96	96
	Сыр	20	4,64	5,9	0	72,8
	Какао с молоком	200	3,4	3,6	25,3	116,4
	Масло сливочное	10	0	0,9	0,15	71
Итого за завтрак			17,04	15,27	91,87	514,84
обед	Салат из белокачанной капусты	60	0,85	3,05	5,19	51,54
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,81	4,91	125,25	102,5
	Жаркое по - домашнему	80/160	27,53	7,47	21,95	265
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
	Хлеб дарницкий	50	2	0,36	13,9	64
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,5	70,5
	Яблоко	140	0,56	0,42	14,42	65,8
Итого за обед			36,15	16,71	215,41	711,34
Итого за день			53,19	31,98	307,28	1226,18

Составил: завхоз

*Аки*

М.А.Акимова