

Утверждаю

Начальник лагеря

Т.С. Поликарпова

Меню

8 день

Прием пищи	наименование блюда	вес блюда (гр.)	пищевые вещества			энергетическая ценность
			белки	жиры	углеводы	
завтрак	Котлета из птицы	60	11,64	13,14	143,46	223
	Омлет натуральный	110	11,34	19,78	2,94	236
	Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,7	118,69
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,5	70,5
Итого за завтрак			28,17	36,41	180,6	648,19
обед	Овощи свежие	60	0,66	0,12	2,28	13,2
	Суп лапша на курином бульоне	250	7,9	5,3	23,3	171
	Птица тушеная	80/50	17,92	14,58	5,62	225
	Каша гречневая	100	5,75	4,06	25,76	162,5
	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	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за обед			38,03	25,22	115,86	845,2
Итого за день			66,2	61,63	296,46	1493,39

Составил: завхоз

М.А.Акимова