

**Лагерь ЛТО I-я смена (Лагерь ЛТО)**

| выход (г)                         | Наименование блюда                                      | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Горячий завтрак I</u></b>   |   |  |                               |
| 90                                | <b>Митболы с соусом 90</b>                              | Калорийность-152, Белки-9, Жиры-11,<br>Углеводы-5                              |                               |
| 154                               | <b>Макаронные изделия<br/>отварные 154</b>              | Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4,<br>Углеводы-33                              |                               |
| 200                               | <b>Чай с сахаром 200</b>                                | Калорийность-27, Углеводы-7  |                               |
| 30                                | <b>Хлеб пшеничный для<br/>детского питания 30</b>       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16  |                               |
| 30                                | <b>Хлеб ржано-пшеничный для<br/>детского питания 30</b> | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14  |                               |
| <b>Итого за Горячий завтрак I</b> |   | Калорийность-527, Белки-19, Жиры-16,<br>Углеводы-74                            |                               |
| <b><u>Обед I</u></b>              |   |  |                               |
| 250                               | <b>Суп картофельный с крупой<br/>250</b>                | Калорийность-180, Белки-5, Жиры-5,<br>Углеводы-38                              |                               |
| 90                                | <b>Биточки из птицы с соусом.<br/>90</b>                | Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5,<br>Углеводы-10                             |                               |
| 150                               | <b>Сложный овощной гарнир.<br/>150</b>                  | Калорийность-185, Белки-4, Жиры-12,<br>Углеводы-30                             |                               |
| 200                               | <b>Чай с сахаром 200</b>                                | Калорийность-27, Углеводы-7  |                               |
| 30                                | <b>Хлеб пшеничный для<br/>детского питания 30</b>       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16  |                               |
| 30                                | <b>Хлеб ржано-пшеничный для<br/>детского питания 30</b> | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14  |                               |
| <b>Итого за Обед I</b>            |   | Калорийность-697, Белки-31, Жиры-23,<br>Углеводы-114                           |                               |
| <b>Итого за день</b>              |   | Калорийность-1 224, Белки-50, Жиры-39,<br>Углеводы-188                         | <b>162-00</b>                 |

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-каль  
кулятор

Алексеева А.А.

