



Директор



Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник)  
для обеспечения питанием детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

" 9 ноября 2024 г

2 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с маслом	25	2008	1	1,21	8,70	7,60	114,00
Суфле творожное запеченное с джемом	150/10	2016	242	15,38	10,64	34,57	285,00
Чай с лимоном и сахаром (1 вариант)	200	2016	423	0,18	0,04	10,14	42,00
Яблоки	100	2016	403	0,40	0,40	9,80	44,00
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25	ТК	1	1,93	0,75	12,53	65,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>			<b>19,10</b>	<b>20,53</b>	<b>74,64</b>	<b>550,00</b>
<b>Обед</b>							
Салат из свежих помидоров	60	2017	23	0,65	3,70	2,08	44,00
Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	200	2017	113	3,50	5,78	16,10	110,00
Голубцы ленивые	240	2008	306	19,80	19,22	34,72	394,00
Компот из смеси сухофруктов	200	2008	402	0,44	0	29,56	120,00
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25	ТК	1	1,93	0,75	12,53	65,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТК	2	2,64	0,48	15,80	78,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>765</b>			<b>28,96</b>	<b>29,93</b>	<b>110,79</b>	<b>811,00</b>
<b>Полдник</b>							
Зефир витаминизированный	35	ТК	12	0,28	0,04	27,93	113,00
Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	125	ТК	3	3,75	3,13	14,63	101,25
Сок виноградный	200	2016	484	0,60	0	28,00	114,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>			<b>4,63</b>	<b>3,17</b>	<b>70,56</b>	<b>328,25</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>52,69</b>	<b>53,63</b>	<b>255,99</b>	<b>1689,25</b>

Зав. производством

Соболев Ф.В. С.

Калькулятор \_\_\_\_\_