

Утверждаю

Директор



# МЕНЮ " " 2024г.

## 3 ДЕНЬ

### ЛЕТНИЙ ЛАГЕРЬ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>сыр российский</small>	20	17,51	4,6	5,9		73
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ <small>масло подсолнечное рафинированое, *яйца куриные (шт.), *молоко пастер. 3.2% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150/5	60,52	15,3	21	2,7	261
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, шиповник сухой</small>	200/15	4,60	0,3		16,4	69
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	35	3,97	2,6	1	18	92
КОТЛЕТА В ТЕСТЕ С КУНЖУТОМ <small>кунжут*, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи прессованные, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), куриная грудка филе, батон нарезной пшен. мука высш.сорт обог. микронутриентами, сухари панировочные, лук репчатый</small>	30/51	22,08	9,8	11,9	33,8	282
<b>Итого</b>			<b>32,6</b>	<b>39,8</b>	<b>70,9</b>	<b>777</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ <small>*томаты грунтовые, огурцы грунтовые, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое</small>	60	23,26	0,5	6,1	1,7	65
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С МЯСОМ (гов туш) <small>масло подсолнечное рафинированое, консервы говядина тушеная, вода питьевая, соль йодированная, горох лущеный, лавровый лист, картофель, лук репчатый, морковь</small>	250/10	16,89	7,5	4,1	19,1	145
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (филе грудки) <small>куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированое, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое</small>	250	80,88	19,8	31,8	41,8	531
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	7,14			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	30	2,55	2	0,3	12,7	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	30	3,60	2,3	0,9	15,4	79
<b>Итого</b>		<b>243,00</b>	<b>32,1</b>	<b>43,2</b>	<b>110,1</b>	<b>958</b>

		64,7	83	181	1735
--	--	------	----	-----	------

Директор ООО "Максимум" \_\_\_\_\_  
Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_

Е.Н.Осиневская