

Утверждаю

Директор



МЕНЮ " _____ " _____

4 ДЕНЬ

ЛЕТНИЙ ЛАГЕРЬ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БЛИНЧИКИ С ЯБЛОКОМ <small>блинчики с яблоком, масло подсолнечное рафинированое</small>	140	40,41		1,9		18
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15	3,10	0,2		15	61
ЙОГУРТ БЗМЖ <small>йогурт 1,2% жирности*</small>	100	36,00	2,4	1,2	14,4	80
ЯБЛОКО <small>яблоки</small>	130	25,00	0,5	0,5	12,7	61
Итого			3,1	3,6	42,1	220
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ <small>капуста белокочанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, морковь, соль йодированная</small>	75	9,55	1,2	3,8	7	68
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ (гов туш) СО СМЕТАНОЙ <small>консервы говядина тушеная, свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, приправа сухая*, чеснок, лавровый лист, сахар песок, томатная паста, лимонная</small>	250/10/10	25,09	2,8	3,9	16,5	114
ЕЖИКИ КУРИНЫЕ С СОУСЕ СМЕТАННО-ТОМАТНОМ <small>Филе бедра куриного*, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, крупа рисовая, сметана 15% жирности, томатная паста</small>	200/50	90,16	23,7	25,8	24,7	432
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, шиповник сухой</small>	200/15	4,60	0,3		16,4	69
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	45	4,05	2	0,3	12,7	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен мука высш. сорт обог. микронутриентами</small>	40	5,04	2,3	0,9	15,4	79
Итого		243,00	32,3	34,7	92,7	823
Всего			35,4	38,3	134,8	1043

Директор ООО "Максимум"

Е.Н.Осиновская