

УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря

Гаделшина Э.И.

МЕНЮ на «02» июля 2025г.

(2 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Завтрак					
	Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200/5	5,28	6,20	37,58	203,67
	Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75
	Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60
	Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,70	131,00
	Итого	560	25,73	29,32	86,78	688,12
2	Обед					
	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	14,00
	Суп картофельный с крупой на бульоне из индейки	250	4,15	5,59	18,61	118,75
	Гуляш из отварной говядины	50/50	13,44	23,88	16,46	346,95
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180 /3	6,81	2,98	38,34	207,36
	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
		930	32,96	33,64	142,35	996,36
3	Полдник					
	Нектар фруктовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
	Итого	180	0,90	0,00	18,18	76,32
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00