



Меню на 20.06.2025 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	Стоимость (руб.)
13 день							
Завтрак							
№286-М	Тефтели рыбные	90	11,78	12,91	14,90	222,91	58,00
№518-3	Картофель отварной	150	3,2	6,75	21,9	218	15,00
№943-3	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	56,80	5,00
б/н -Л	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	16,84	82,76	3,00
	Йогурт	100	5	3,2	8,5	85	47,00
Обед							
№187-3	Щи со свежей капустой и картофелем	200	1,75	4,89	8,47	84,97	20,00
№461 -Л	Плов из птицы	200	19,85	18,14	34,13	379,18	65,71
б/н - Л	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	16,84	82,76	3,00
№631-Л	Компот из свежих фруктов	200	0,3	0	21,9	88,8	10,00
№54-3	Огурец свежий	60	0,54	0,12	1,62	9	18,00
№847-3	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	20,00
	Итого	1380	49,10	47,13	168,92	1354,58	262,71

Начальник лагеря  Е.В. Лемешко

Повар  Л.А. Нечаева