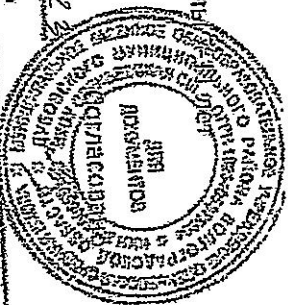


Примерное 10-ти дневное меню в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы на базе муниципальных образовательных учреждений

14.06.2012
3 день



Сборник рецептов №1	Применяемые ингредиенты	Пищевая ценность				Энергетическая ценность, ккал
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
200А	Пшеница	80	8,6	2,6	84,9	205,8
200Б	Молоко	100	3,1	0,2	50,4	194,7
200В	Масло сливочное	20	0,1	0,0	10,8	49,3
200Г	Сахар	30	2,8	0,2	14,0	68,8
Обед						
201А	Суп с курицей (индейка) ТК №1	80	0,8	0,1	1,9	6,1
201Б	Суп с капустой (индейка) ТК №1	80	1,4	0,0	13,2	60,4
201В	Пюре из картофеля (индейка) ТК №1	90/30	0,3	1,0	2,1	27,3
201Г	Пюре из картофеля (индейка) ТК №1	100	0,6	4,2	31,0	188,3
201Д	Пюре из картофеля (индейка) ТК №1	200	0,2	0,2	14,8	60,8
201Е	Компот из фруктов (индейка) ТК №1	40	3,0	0,2	10,0	61,0
201Ж	Хлеб пшеничный	40	2,0	0,4	10,8	70,2
201З	Хлеб пшеничный	40	1,4	0,0	10,8	60,4
201И	Хлеб пшеничный	40	1,4	0,0	10,8	60,4
Ужин						
202А	Суп с курицей (индейка) ТК №1	80	0,8	0,1	1,9	6,1
202Б	Суп с капустой (индейка) ТК №1	80	1,4	0,0	13,2	60,4
202В	Пюре из картофеля (индейка) ТК №1	90/30	0,3	1,0	2,1	27,3
202Г	Пюре из картофеля (индейка) ТК №1	100	0,6	4,2	31,0	188,3
202Д	Пюре из картофеля (индейка) ТК №1	200	0,2	0,2	14,8	60,8
202Е	Компот из фруктов (индейка) ТК №1	40	3,0	0,2	10,0	61,0
202Ж	Хлеб пшеничный	40	2,0	0,4	10,8	70,2
202З	Хлеб пшеничный	40	1,4	0,0	10,8	60,4
202И	Хлеб пшеничный	40	1,4	0,0	10,8	60,4