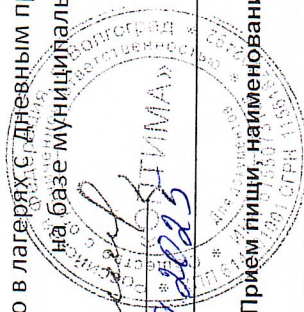


Примерное 10-ти дневное меню в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
на базе муниципальных образований образовательных учреждений

ООО "ОПТИМА"

Утверждаю Капенкина Т.П.



Согласовано: *С.М.С.*

8 день

Сборник рецептур	№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	
<b>Завтрак</b>						
2011	208	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ ТК №208	250	17,0	6,6	321,1
2011	596	СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий) ТК № 596	30	2,3	4,9	108,4
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	86,7
	6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	114,8
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>24,7</b>	<b>13,1</b>	<b>631,0</b>
<b>Обед</b>						
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,0	0,2	22,0
2004	149	СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТК №44	250	1,7	4,1	109,1
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТК №294	100	0,0	4,4	39,0
2004	302	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №302	200	5,4	5,4	202,6
2011	392	ЧАЙ С САХАРОМ №392	200	0,1	0,0	43,3
	6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	137,8
	7	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,9	0,5	118,7
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>16,6</b>	<b>15,0</b>	<b>672,5</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>41,3</b>	<b>28,1</b>	<b>1 303,5</b>