

**Меню
лагеря с дневным пребыванием детей
«Истоки»**

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ккал	Сборник		Стоимость
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		ТК№	Год издания	
Завтрак								
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1	2012	
КАША "БОЯРСКАЯ"	155	6,40	21,50	30,60	330,70	186	2008	
ЧАИ С САХАРОМ	200	0,40	0,10	7,20	20,00	ТК№ 059		
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	6,30	4,00	10,60	88,00	ТК № 060		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,62	0,62	15,20	70,20	ТК № 089		
ВАФЛИ	30	1,50	1,20	6,60	63,00	ТК№061		
Итого за прием пищи:	700	17,67	34,97	84,82	707,90			
Обед								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (НАРЕЗКА)	60	0,50	0,10	1,00	8,00	ТК № 062		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ КУР, СМЕТАНОЙ	200/20/10	6,10	9,40	9,90	196,00	96	2008	
КУРЫ ОТВАРНЫЕ (ПОРЦИОННО) С ОВОЩАМИ	100/30	18,90	19,10	1,10	324,00	242 378	2012 2008	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,10	4,80	20,50	141,00	321	2012	
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	0,44	0,02	27,80	118,00	ТК № 063		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК № 056		
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,90	15,50	78,00	ТК № 012		
Итого за прием пищи:	831	33,54	34,72	86,70	921,00			
Всего за день:	76,12	66,21	260,78	2088,70	1842,0			

Начальник лагеря _____/Филяева О.Н./

Повар _____/Князева Т.А.