

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

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Сборник		Стоимость
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		ТК№	Год издания	
Завтрак								
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,73	6,88	14,56	139,00	3	2012	
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200	20,00	24,80	25,80	281,00	219	2012	
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	1,50	1,30	5,60	24,00	ТК № 066		
ТВОРОГ В ИНД. УПАК.	100	7,50	6,00	1,50	113,00	ТК № 067		
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,80	3,80	28,80	130,00	ТК № 083	Сборник	
ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,46	0,35	11,90	63,50	ТК № 069		
Итого за прием пищи:	735	37,99	43,13	88,16	750,50			
Обед								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,60	6,10	2,00	65,00	22	2008	
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ КУР, СМЕТАНОЙ	200/20/10	6,40	7,00	10,10	242,40	57	2012	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКИ	280	21,70	13,00	22,00	413,00	299	2012	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,40	0,02	6,90	91,00	ТК № 070		
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	33,60	27,42	67,40	945,40			
Всего за день:	76,12	66,21	260,78	2088,70				

Начальник лагеря _____ / Филяева О.Н. /

Повар _____ /Князева Т.А.

