

**Меню**  
**патриотического лагеря для несовершеннолетних «Истоки»**

**3 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Сборник		Стоимость
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		ТК№	Год издания	
Завтрак								
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	55	2,51	3,93	28,88	161,00	2	2012	13,714
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ	220/20	40,40	28,30	51,70	385,00	237	2012	36,55
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	0,12	0,02	10,20	21,00	ТК№073		0,6
ЗЕФИР	50	0,40	0,10	39,90	83,00	ТК№074		12-00
МАНДАРИН	100	0,73	0,36	7,40	42,70	ТК№075		17-00
Итого за прием пищи:	780	50,46	36,71	148,68	780,70			79,86
Обед								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР	100	9,1	13,70	3,50	175,00	27	2008	9,60
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С ПТИЦЕЙ	250/20/2	6,81	8,00	12,10	258,00	86	2012	21,04
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	11,6	12,90	10,00	256,00	281	2012	28,42
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,6	5,05	6,00	137,00	320	2012	8,20
РУЛЕТ	100							17,17
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,20	7,90	96,80	ТК№076		4,46
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК№056		3,35

БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,90	15,50	78,00	ТК№ 057		4,80
Итого за прием пищи:	912	36,72	41,15	65,90	1056,80			97,04
Всего за день:		94,78	83,36	283,88	2295,50			176,90

Начальник лагеря \_\_\_\_\_/Филяева О.Н../

Повар \_\_\_\_\_/Князева Т.А.