

№ 1
ИНН/КПП 1326203167/132601001
Республика Мордовия, Буферный

№ п/п	№ блюда	Наименование	Выход, гр	Цена, руб
		Завтрак (нач. кл.)		
		маслом сливочным		
		пищевая ценность: белки -7,4 г, жиры – 8,5 г, углеводы – 24 г, калорийность – 133,4 ккал	10/30	
2	175	Каша молочная манная с маслом сливочным		
		пищевая ценность: белки -4,5 г, жиры – 8,93 г, углеводы – 25,83 г, калорийность – 204 ккал	200/5	
3	379	Кофейный напиток с молоком		
		пищевая ценность: белки -3,58 г, жиры – 2,68 г, углеводы – 28,34 г, калорийность – 151,8 ккал	200	
4		Хлеб пшеничный		
		пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры – 1,7 г, углеводы – 21,1 г, калорийность – 111 ккал	10	
5		Хлеб ржаной		
		пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры – 0,3 г, углеводы – 8,55 г, калорийность – 41,25 ккал	10	
6	338	Фрукт свежий апельсин (поштучно)		
		пищевая ценность: белки - 0,4 г, жиры – 0 г, углеводы – 12,6 г, калорийность – 52 ккал	1шт	
		Итого за завтрак: белки-13, жиры-18,74, углеводы-68,69, калорийность-590	615	
		Обед (нач. кл.)		
1	20	Салат из свежих огурцов с маслом растительным		
		пищевая ценность: белки -0,4 г, жиры – 0 г, углеводы – 1,7 г, калорийность – 8 ккал	60	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем с птицей со сметаной		
		пищевая ценность: белки -1,46 г, жиры – 3,92 г, углеводы – 12,16 г, калорийность – 89,8 ккал	200/15/10	
3	285	Пельмени отварные с маслом сливочным		
		пищевая ценность: белки -29,08 г, жиры -33,02 г, углеводы – 2,79 г, калорийность – 425,5 ккал	190/3	
4	349	Компот из сухофруктов		
		пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры – 0 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 87,6 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный		
		пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры – 1,7 г, углеводы – 21,1 г, калорийность – 111 ккал	20	
6		Хлеб ржаной		
		пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры – 0,3 г, углеводы – 8,55 г, калорийность – 41,25 ккал	20	
		Итого за обед: белки-26,6, жиры-33,31, углеводы-119,14, калорийность-715,4	718	
		Полдник (нач. кл.)		
1		Батончик Чио рио		
		пищевая ценность: белки -0,8 г, жиры – 21,1 г, углеводы – 0,7 г, калорийность – 152 ккал	30	
2	377	Чай с лимоном		
		пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры – 0 г, углеводы – 15 г, калорийность – 60,4 ккал	200	
3		Хлеб пшеничный		
		пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры – 1,7 г, углеводы – 21,1 г, калорийность – 111 ккал	50	
		Итого за полдник: белки-7,4, жиры-7,3, углеводы-28,6, калорийность-340	280	
		Итого за день: белки-47, жиры-59,35, углеводы-216,43, калорийность-1645,4	1613	200-54

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

[Handwritten signature]

Начальник лагеря
Старший повар

[Handwritten signature]

