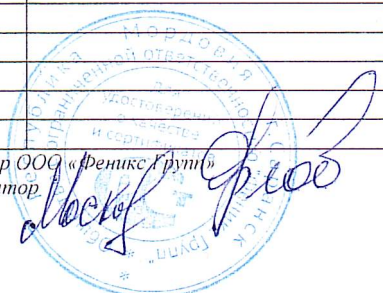


№ п/п	№ рецеп	Наименование	Выход, гр	Цена, руб.
Завтрак (нач. кл.)				
		Бутеррод с повидлом пищевая ценность: белки -7,4 г, жиры - 8,5 г, углеводы - 24 г, калорийность - 133,4 ккал	20/30	
2	175	Каша молочная Дружба с маслом сливочным пищевая ценность: белки -4,9 г, жиры - 10,93 г, углеводы - 27,8 г, калорийность - 215 ккал	250/5	
3	385	Молоко кипяченое пищевая ценность: белки -1 г, жиры - 0 г, углеводы - 24,4 г, калорийность - 101,6 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	
Итого за завтрак: белки-18,6, жиры-19,43, углеводы-79,48, калорийность-591			525	
Обед (нач. кл.)				
1	71	Помидор свежий (порционно) пищевая ценность: белки -0,72 г, жиры - 0,12 г, углеводы - 2,76 г, калорийность - 15,6 ккал	60	
2	88	Суп картофельный из овощей с зеленым горошком с птицей пищевая ценность: белки -1,3 г, жиры - 3,94 г, углеводы - 10,96 г, калорийность - 86,6 ккал	200/15	
3	290	Птица, тушенная в соусе пищевая ценность: белки -20,96 г, жиры - 13,68 г, углеводы - 5,28 г, калорийность - 255 ккал	90/30	
4	306	Гороховое пюре пищевая ценность: белки -13,2 г, жиры - 7,5 г, углеводы - 43,05 г, калорийность - 292 ккал	150	
5	388	Напиток из шиповника пищевая ценность: белки -0,68 г, жиры - 0 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 123,3 ккал	200	
6		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20	
7		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			785	
Полдник (нач. кл.)				
1		Вафли Джумка пищевая ценность: белки -0,8 г, жиры - 21,1 г, углеводы - 0,7 г, калорийность - 152 ккал	37	
2	948	Кисель витаминизированный пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 38 г, калорийность - 139 ккал	200	
		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			287	
Итого за день: белки-47, жиры-59,35, углеводы-216,43, калорийность-1645,4			1597	200-54

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор



Начальник лагеря
Старший повар

