

№ п/п	Наименование	Выход, гр	Цена, руб
Завтрак (нач. кл.)			
1	Бутерброд с сыром твердым пищевая ценность: белки - 5,3 г, жиры - 3 г, углеводы - 13,8 г, калорийность - 86,4 ккал	15/30	
2	Тефтели мясные в соусе пищевая ценность: белки - 13,5 г, жиры - 20,3 г, углеводы - 20 г, калорийность - 180 ккал	90/30	
3	Картофельное пюре пищевая ценность: белки - 3,06 г, жиры - 4,8 г, углеводы - 19 г, калорийность - 137,3 ккал	150	
4	Какао с молоком пищевая ценность: белки - 0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 18 г, калорийность - 139 ккал	200	
5	Хлеб пшеничный/ржаной пищевая ценность: белки - 2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал	10/10	
	Итого за завтрак: белки-24,4, жиры-28,56, углеводы-83,4, калорийность-606,3	535	
Обед (нач. кл.)			
1	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным пищевая ценность: белки - 1,02 г, жиры - 2,76 г, углеводы - 8,9 г, калорийность - 75 ккал	60	
2	Суп картофельный с горохом с птицей пищевая ценность: белки - 11,06 г, жиры - 4,28 г, углеводы - 19,08 г, калорийность - 195 ккал	200/15	
3	Котлета рыбная с маслом сливочным пищевая ценность: белки - 10,56 г, жиры - 14,88 г, углеводы - 29 г, калорийность - 212,8 ккал	90/2	
4	Капуста тушеная пищевая ценность: белки - 3,11 г, жиры - 4,01 г, углеводы - 20,1 г, калорийность - 128 ккал	150	
5	Компот из свежих плодов пищевая ценность: белки - 0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 110 ккал	200	
6	Хлеб пшеничный/ржаной пищевая ценность: белки - 3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал	20/20	
	Итого за обед: белки-29,52, жиры-26,53, углеводы-119,5, калорийность-823,4	785	
Полдник (нач. кл.)			
1	Ватрушка с повидлом пищевая ценность: белки - 2,4 г, жиры - 3,8 г, углеводы - 19 г, калорийность - 205 ккал	75	
2	Ряженка 2,5% пищевая ценность: белки - 0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 18 г, калорийность - 85 ккал	200	
3	Хлеб пшеничный/ржаной пищевая ценность: белки - 2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал	25	
	Итого за полдник: белки-4,94, жиры-4,26, углеводы-49,6, калорийность-353,6	300	
	Итого за день: белки-58,86, жиры-59,35, углеводы-252,5, калорийность-1783,3	1620	217-85

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулянт

Начальник лагеря
Старший повар



[Handwritten signature]