

Школа

МБОУ "Явасская СОШ", пришкольный лагерь

Отд./корп

12 лет и старше

День

10.06.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	Запеканка из творога (со сгущ молоком)	200	50,00	540	29	22	56
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	2,72	119	4	4	18
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	4,00	70	2	0	1
		1	Бутерброд с маслом и сыром	60	24,50	150	4	8	16
		23	Салат из свежих огурцов	100	9,00	73	1	6	3
Завтрак 2	фрукты		Банан	215	19,50	206	3	1	45
		Н	Йогурт	100	30,00	107	8	3	12
			Пряник	100	6,00	111	2	3	21
Обед	закуска	26	Салат овощной из свежих помидор и яблок	100	10,00	78	1	6	5
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой	250	11,00	86	2	3	12
	2 блюдо	281	Биточки паровые	100	30,81	146	8	9	8
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные	200	7,00	225	7	6	35
	сладкое	389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	8,76	330	20	2	58
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	4,00	70	2	0	1
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	50	4,50	114	3	1	1
			Директор	Л.С. Михайлова					