

Школа

МБОУ "Явасская СОШ", пришкольный лагерь

Отд./корп

12 лет и старше

День

12.06.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	Запеканка из творога ( с молоком сгущенным)	200	50,00	369	24	17	33
	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	60	24,50	150	4	8	16
		18	Салат зеленый с огурцами	100	15,00	68	1	6	2
Завтрак 2	фрукты		Апельсин	250	32,50	151	3	1	28
		Н	Йогурт	100	30,00	107	8	3	12
			Пряник	100	6,00	111	2	3	21
Обед	закуска	34	Салат "Летний"	100	15,00	102	3	7	7
	1 блюдо	87	Щи из свежей капусты	250	11,10	80	1	5	6
	2 блюдо	492	Котлеты (биточки) рыбные	100	24,60	152	11	7	12
	гарнир	312	Пюре картофельное	200	13,11	183	4	6	27
	сладкое	389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	8,60	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					