

Школа		МОУСОШ №4 лагерь 1 поток		Пятница		Отд./корп		День		10.06.2022		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак		627	Макароны запеченные с яйцом/сыром	200		294	15,3	12,8	29,4			
		379	Кофейный напиток с молоком	200		152	3,6	2,7	28,3			
			Хлеб пшеничный	30		136	4,6	0,6	29,6			
			бананы	180		96	1,5	0,5	21			
			сок 0,2 мл	200		60	1	0	30			
			Итого:				582	23,5	16,1	87,3		
Прием пищи Обед		№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
		82	Борщ с капустой и картофелем	250		103	1,8	4,9	10,9			
		290	Цыпленок тушёный в соусе	90/160		160	12,9	15,5	9,8			
		304	Рис отварной	50		214	5	8,2	55,2			
		342	Компот из свежих яблок	200		88	0,08	0	21,8			
			Шоколад "Аленка"	50		168	3,5	20	5,3			
			Хлеб ржаной	60		94	2,8	0,03	19,6			
			Хлеб пшеничный			136	4,6	0,6	29,6			
			Итого:				963	30,68	49,23	152,2		
			Итого:			156,23	1545	54,18	65,33	239,5		



Директор

С.П. Васюков