

Школа		МОУ СОШ №4 лагерь 1 поток		Пятница		Отд./корп		День		17.06.2022		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак		181	Каша манная молочная с маслом	200\10		230	4,5	9	42			
		7	Горячий бутерброд с сыром	30\15\6		181	7,4	5,86	22,23			
			Яблоко	130		47	0,4	0,4	9,8			
		376	Чай с сахаром	200\15		60	0,1	0	15			
			Итого:				518	12,4	15,26	89,03		
Прием пищи Обед		№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
		104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250\35		198	12,5	8,6	26,3			
		279	Биточки рыбные	90		259	11,2	14,4	16			
		147	Картофель запеченый	150		264,2	3,94	13,58	30,21			
			Помидор свежий	50		18	0,88	0,2	3,89			
			Хлеб ржаной	50		94	2,8	0,03	19,6			
			Хлеб пшеничный	60		136	4,6	0,6	29,6			
			Сок фруктовый	200		60	1	0	30			
			Итого:				1029,2	36,92	37,41	155,6		
			Итого:			156,23	1547,2	49,32	52,67	244,63		



Директор

С.П. Васюков