

Школа		МОУ СОШ №4 лагерь 1 поток		Вторник		Отд./корп		День		21.06.2022	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак		395	Каша молочная рисовая	200		120	4,2	6,4	25		
			Банан	180		96	1,5	0,5	21		
		5	Бутерброд с маслом	10		146	5,59	12,9	15,05		
		376	Чай с сахаром	200\15		60	0,1	0	15		
			итого:			422	11,39	19,8	76,05		
Прием пищи Обед	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
		82	Борщ с капустой и картофелем	250		118	1,8	4,9	10,9		
		303	Каша пшеничная	200		203	5,4	6,7	54,6		
		260	Гуляш из мяса	90/60		415	17,4	25,2	2,25		
			Огурец свежий	50		15	0,11	0,65	3,63		
		346	Компот из апельсинов	200		109	0,08	0	27		
			Хлеб ржаной	50		94	2,8	0,03	19,6		
			Хлеб пшеничный	60		136	4,6	0,6	29,6		
			итого:			1090	32,19	38,08	147,58		
			итого:			156,23	43,58	57,88	223,63		



Директор

С.П. Васюков