

Школа

МКОУ СОШ с.Малиновка (лагерь)

Отд./корп

День

03.06.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	13,03	222	8	8	32
	гор.напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ШИПОВНИКОМ	185/15/5	3,85	82			19
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,63	71	2		15
		213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	8,50	49	4	4	
		13	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	15	12,00	112		7	
Завтрак 2	фрукты								
			ВОДА ПИТЬЕВАЯ	400	6,80				
Обед	закуска	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	14,92	112	2	10	10
	1 блюдо	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	21,08	144	3	7	18
	2 блюдо	235	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО РУССКИ	280	109,76	360	26	20	41
	гарнир								
	сладкое		КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	16,50	139			35
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00	107	4		23
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	41	1		9
			ЯБЛОКО	300	91,20	135	1	1	35
					313,18	1718	56	60	260