

Школа

МБОУ "Большезетымская оош" лагерь 5-9

Отд./корп

День

среда 26.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	У129	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	205	14.16	210.0	6.14	9.51	26.34
	гор.напиток	У149	Какао с молоком	200	10.22	190.00	4.90	5.00	32.5
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	3.05	99.0	4.25	0.80	18.50
			Груша	100	9.41	47.00	0.40	0.30	10.30
			итого		36.84	546.00	15.69	15.61	87.64
Уплотненный обед	закуска	М3	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	31.45	60.00	0.90	5.00	4.00
	1 блюдо	М132	Рассольник ленинградский	250\10	23.14	156.00	3.30	6.50	20.40
	2 блюдо	64	Печень по-строгановски	100	38.06	121.10	14.40	5.70	3.30
	гарнир	У097	Каша вязкая пшеничная	180	12.20	184.00	4.79	5.09	29.44
	гор.напиток	М631	Компот из свежих яблок	180	4.65	128.00	0.18	0.00	32.22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	1.83	59	2.55	0.48	11.1
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	1.83	58.00	2.31	0.42	11.22
			Итого		113.16	766.10	28.43	23.19	111.7
			Итого за день		150.00	1312.10	44.12	38.80	199.32