



Школа	МБОУ Междуреченская СОШ летний лагерь "Дети Югры"			6-11 лет		День			08.06.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	266	Каша молочная из хл.Геркулес с маслом	205	16,79	228,4	7,16	9,4	28,8
	сладкое	508	Какао с молоком	200	16,90	144	3,6	3,3	25
	хлеб бел.	114	Хлеб пшеничный	40	2,40	94	0,1	0,3	20
			Кондитерское изделие(Шоколад)	90	82,98	168	1,5	0,15	37,5
			Кондитерское изделие(Мармелад)	50	14,45	150	1,5	0,15	37,5
		537	Сок фруктовый	200	25,00	92	1	0,2	0,2
			Апельсины	234	41,88	80	1,8	0,4	16,2
				Итого за завтрак:	1019	200,40	956,40	16,66	13,90
Обед	закуска	82	Винегрет овощной	80	17,32	104	1,04	8,64	5,4
	1 блюдо	44/148	Суп из овощей с новядиной, сметаной	0,2/12,5/10	23,58	143,99	6,59	7,44	12,73
	2 блюдо	398	Печень говяжья по строгоновски	70/50	44,03	213	18	14	4,3
	гарнир	415	Рис припущенный	150	11,91	198,2	5,3	6	32,4
	напиток	531	Компот из кураги	200	9,90	81	0,3	0	20,1
	хлеб бел.	114	Хлеб пшеничный	40	2,40	94	3,04	0,32	94
	хлеб черн.	116	хлеб ржано- пшеничный	40	2,68	72	3	1	14
			Кондитерское изделие(вафли)	50	17,30	142	5	1	28
		518	Сок фруктовый	200	25,00	92	1	0,2	0,2
				Итого за обед:	1182,5	154,12	1140,59	42,67	38,2
			Итого:	2201,5	354,52	2096,99	59,33	52,10	376,43

Зав. столовой  Н.В.Анварова