"Утверждаю: Директор МБОУ "Аспинская сош" Бородина Т. М. Бородина

(1 день)

Школа: МБОУ "Аспинская СОШ" 1дп Отд./корп: Аспин.

День: 05.06.23г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	288	Каша мол. пшенная	200	9,50	299	8,12	12,86	32,12
	гор.напиток	496	Какао с молоком	220	5	158,40	3,96	3,63	27,5
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	2	117,5	3,8	0,4	24,6
		112	Апельсин	200	18	86	0,88	0	16,2
Завтрак 2	фрукты								
	Напиток		Итого завтрак	640	34,50	660,9.	16,66.	16,89	103,42
Обед	закуска	6	Салат из капусты с морк.	100	10	120	1,1	10	6,3
	1 блюдо	102	Щи из свеж.кап. с картоф.	250	12	83	1,75	4,98	7,77
	2 блюдо	381	Биточки из говядины	100	46	286	17,8	17,5	10,9
	гарнир	291	Макароны отв.	180	5	173,88	6,79	0,8	34,54
	соус	453	Соус томатный	50	0,50	32,8	0,53	1,85	3,45
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничн.	50	2	117,5	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	50	2	87	3,3	0,6	16,70
	напиток	518	Сок	220	10	101,2	1,1	0,22	0,22
			Итого обед	1000	87,50	1001,38	36,17	36,35	108,28
			Итого день:	1640.	122	1662,28.	52,83.	53,24	213,70.

Руководитель лагерь дн. пр.: Ныкова О. С.

ЛТО: Лопцева А. А.