

Утверждено: Начальником лагеря д.н.пр.и.б.

Н.Н. Баранниково.

Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

Асп

День

04.06.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	448	Каша овсяная на молоке	220	12	341,30	10,07	19,16	35,86	
	гор.напиток	493	Чай с сахаром	220	3	66	0,11	0	16,5	
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	50	2	197,5	3,8	0,4	24,6	
		112	Апельсин	150	20	20,5	0,6	0,6	14,70	
Завтрак 2	фрукты		Минус заготовка	640	37	565,3	19,88	25,16	91,66	
	Напиток									
Обед	закуска	19	Молоко и вареных яиц	100	22	69	0,9	5,1	3,6	
	1 блюдо	158	Суп с макар. морс.	220	13	111,8	2,61	4,81	8,83	
	2 блюдо	345	Картофельное пюре	100	30	113	13,9	2,1	9,6	
	гарнир	488	Картофельное пюре	140	11	165,6	3,78	7,92	19,62	
	соус	442	Соус сметанный	50	1	52,66	0,76	5,21	1,08	
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	50	2	197,5	3,8	0,4	24,6	
	хлеб черн.	109	Хлеб пшеничный	50	2	87	3,3	0,6	16,70	
	напиток	519	Напиток из шиповника	220	5	106,7	0,77	0,33	25,02	
				Минус вода	990	86	822,64	29,87	24,57	119,72

39,83. 211,38.

494.

1387,94

123.

1550.

Минус вода