

МЕНЮ на 10 июня 2022 г.
Трудовой лагерь актива
сельских школьников

Утверждаю

Начальник лагеря :  М.В. Базайкина

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углево-ды
Завтрак	закуска	3	Бутерброд с повидлом	50		147,00	5,00	10,00	46,00
	гор.блюдо	611	Сырники со сметаной	140/25		813,72	9,52	3,96	19,5
	гарнир								
	гор.напиток	393	Чай с лимоном	200		42,00	0,12	0,02	10,20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50		121	4	0	25
	сладкое								
			Итого:		0,00	1124	19	14	101
Обед	фрукты		Апельсин	200		94	0,00	0,00	24,00
	закуска	60	Нарезка из свежих овощей	100		34,20	1,10	2,10	2,70
	1 блюдо	111	Уха из свежей рыбы	250		295	5	8	8
	2 блюдо	243	Сосиска отварная	60		346	13	32	3
	гарнир	204	Рожки отварные	150		505,00	13,00	14,00	87,00
	гор.напиток	393	Чай с лимоном	200		42,00	0,12	0,02	10,20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	75		121	4	0	25
	хлеб черн.								
	сладкое								
			Итого:		174,30	1437,2	36,2	56,1	159,9
Итого:					174,30				