

Школа

МБОУ "Зубово-Полянская СОШ им.Героя Советского Союза И.Г. Парамон

Отд./корп

День

13.06.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                    | Выход, г | Цена           | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------|----------|----------------|--------------|-------|------|----------|
| завтрак    | гор.блюдо   | 168    | каша рисовая молочная    | 250      | 26-00          | 246          | 4     | 5    | 46       |
|            | гор.напиток | 8      | бутерброд с сыром        | 100      | 18-00          | 335          | 32    | 2    | 140      |
|            | хлеб        | 959    | какао на молоке          | 200      | 19-00          | 145          | 4     | 4    | 25       |
|            |             | 77     | яблоко                   | 150      | 15-00          | 94           | 0     | 0    | 20       |
|            |             |        |                          |          |                |              |       |      |          |
| бед        |             |        |                          |          |                |              |       |      |          |
|            |             | 77     | фрукт                    | 100      | 13-00          | 96           | 2     | 0    | 21       |
|            | закуска     | 43     | салат капустный          | 150      | 22-70          | 131          | 2     | 8    | 14       |
|            | 1 блюдо     | 87     | суп с рыбными консервами | 250      | 25-00          | 174          | 9     | 8    | 14       |
|            | 2 блюдо     | 608    | котлета мясная           | 100      | 45-00          | 229          | 16    | 12   | 16       |
|            | гарнир      | 679    | гречка отварная          | 200      | 15-00          | 307          | 10    | 8    | 48       |
|            | сладкое     | 868    | компот                   | 200      | 10-00          | 94           | 0     | 0    | 25       |
|            | хлеб бел.   | 878    | хлеб                     | 100      | 8-00           | 226          | 4     | 0    | 50       |
|            | хлеб черн.  | 448    | пирожок                  | 100      | 19-00          | 335          | 8     | 9    | 56       |
|            |             |        | Начальник лагеря         |          |                |              |       |      |          |
|            |             |        | И. А. Чепайкина          |          |                |              |       |      |          |
|            |             |        | Медицинская сестра       |          | Чужайкина Т.В. |              |       |      |          |