

МКОУ СОШ
№ 12

Лагерь дневного пребывания "Солнышко"

Отд./корп

День

03.07.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	278	тефтели из говядины	100	60,56	308,00	16,30	18,14	19,70
	гор.напиток	380	кофейный напиток с молоком сгущенным	200	18,75	62,00	0,13	0,02	15,20
	хлеб		хлеб пшеничный	40	2,60	94,00	3,00	1,00	19,00
	гарнир	171	каша пшеничная вязкая	200	12,78	260,00	8,85	9,55	39,86
		333	соус сметанный с томатом, луком	60	10,76	9,00	36,00	67,00	23,00
Завтрак 2					105,45				
Обед	закуска	71	овощи свежие (огурцы)	100	10,70	22,00	1,00	0,00	4,00
	1 блюдо	103	суп картофельный с макаронными изделиями	200	6,89	91,00	2,00	3,00	14,00
	2 блюдо	223	котлета рыбная (филе минтая)	100	56,75	76,00	13,00	15,00	12,00
	гарнир	312	пюре картофельное	150	14,87	75,00	23,00	39,00	65,00
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	80	5,20	188,00	6,00	2,00	38,00
	гор. Напиток	342	компот из свежих плодов (яблоки)	200	6,48	85,00	1,00	0,00	20,00
					100,89				



А.В. Султанахмедова

К.М. Шапиева

Н.А. Шумейкина