

МБОУ Якиур-Бодьинская гимназия

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак лагерь (7-11 лет)</u>				
250	<i>Каша пищённая молочная жидкая</i>	286	Калорийность-275, Белки-17, Жиры-6, Углеводы-35	20-00
10	<i>Масло сливочное</i>	5	Калорийность-66, Жиры-7	16-00
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	8-00
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	3-00
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-538, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-78	
<u>Обед лагерь</u>				
60	<i>Салат из свеклы с яблоками</i>	54	Калорийность-25, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	18-00
200	<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	47	Калорийность-104, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	19-00
150	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	12-00
90	<i>Тефтели мясные с рисом в соусе</i>	7 041	Калорийность-248, Белки-10, Жиры-19, Углеводы-12	65-00
200	<i>Компот из сухофруктов</i>	153	Калорийность-103, Углеводы-27	6-00
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	4-00
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	4-00
Итого за Обед лагерь			Калорийность-840, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-124	
Итого за лагерь МП			Калорийность-1 378, Белки-47, Жиры-44, Углеводы-203	175-00

Руководитель _____