

Школа

ЛАГЕРЬ

Отд./корп

Дата

15.06.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Огурцы свежие	30гр.	155,77	3,40	0,21	0,03	0,57
	бутерброд	3	Бутерброд с маслом 10/20гр.	30гр.		123,22	1,57	8,38	10,38
	2 блюдо	340	Омлет натуральный с маслом 180/5гр.	185гр.		373,43	19,83	31,12	3,51
	напиток	686	Чай с лимоном и сахаром 200/7гр.	207гр.		42,64	0,27	0,06	10,27
Обед	салат	19	Салат из свежих помидоров	60гр.		67,66	0,42	6,10	2,76
	1 блюдо	135	Суп из овощей с курицей, сметаной, зеленью 200/10/10гр.	220гр.		150,57	5,65	9,40	10,85
	2 блюдо	381/582	Рыба запеченная с картофелем по-русски	200гр.		200,55	12,35	9,11	17,29
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5гр.		52,00	2,15		10,86
	хлеб		Хлеб пшеничный	20гр.		52,34	1,50	0,58	10,28
	напиток		Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200гр.		86,60	1,00	0,20	20,20
Полдник	прочее		Мороженое	75гр.		231,40	3,70	15,00	20,40