

МЕНЮ

Согласовано:

начальник лагеря Халилова М. А. Халилова
 медсестра Жукова М. А. Жукова

Утверждено
 МОУ «СОШ №15 (Средняя общеобразовательная школа №15 с. Александровский)»
 Директор Ижикина



Дата 17.06 2021 г.

Прим пищи	№ рец	Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 8.45	347	Винегрет, яйцо белое всмятку	90/50	209,20	13,41	16,03	14,64
	303	Каша овсяная молочная	180	152,40	4,00	4,29	24,55
	346	Чай в сахарном	200	60,00	0,07	0,02	15,00
		Хлеб пшеничный	30	69,00	2,28	0,27	14,07
Обед 13.15		Хлеб пшеничный	30	54,00	1,98	0,36	10,59
	108	Суп картофельный с мясными	200	111,40	3,84	3,67	15,03
	228	Рыб тушеная в томате с овощами	90/30	158,00	14,56	7,68	4,68
	312	Картофельное пюре	180	135,07	3,08	4,22	20,64
	342	Компот из свежих яблок	200	116,00	0,16	-	29,00
		Хлеб пшеничный	70	157,08	4,63	0,48	32,69
		Хлеб пшеничный	40	72,00	2,64	0,48	14,12