

Начальник лагеря МАОУ СОШ № 4



Меню

15 июня 2026 г.

Пищевые в-ва			Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.				
Завтрак						
0,33		1,19	6,12	Овощи свежие в нарезке с зеленью (огурец, помидор)	50	17-71
15,56	24,84	2,85	297,42	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/10	56-13
1,87	1,6	24,05	119,92	Кофейный напиток с молоком	200	14-35
6,73	10,95	0,04	127,65	Бутерброд горячий с сыром	55	46-56
4	0,5	24	120	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4-72
2	0,25	11,63	57,5	Хлеб ржаной	25	2-36
ИТОГО						141-83
Обед						
1,7	4	10,65	83,47	Салат из белокачанной капусты с яблоками	80	14-10
4,56	6,97	11,89	131,59	Борщ с морской капустой на курином бульоне со сметаной	250/10	32-67
19,43	16,01	25,89	334,51	Жаркое по-домашнему	60/200	169-04
0,32	0,08	26,88	103,51	Напиток из брусники	200	28-73
4	0,5	24	120	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4-72
2,4	0,3	13,95	69	Хлеб ржаной	30	2-83
ИТОГО						252-09
Итого за день						393-92
Полдник						
0,11		15,18	58,28	Чай с сахаром, лимоном	207	7-32
7,5	17,39	62,5	422	Булочка с корицей	100	52-68
ИТОГО						60-00
Итого за Полдник						60-00

Экономист _____

Аверина С. И.

Зав. производством _____

Маслова Т. М.

