



Утверждаю
/ Старостина С. В./

Школа МОУ "Новоакшинская СОШ"
Лагерь активистов дополнительного образования "Лидер" Отд./корп 11-17лет День 01.06.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	186	Каша «Боярская»	300	24,30	330	6	22	330
	гор.напиток	79	Какао с молоком	200	12,36	27	3	22	27
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	60	17,11	136	2	7	136
		60	Йогурт в индивидуальной упаковке	115	28,00	88	6	4	11
					81,77				
Завтрак 2	фрукты		Яблоко свежее	200	21,60	70	1	1	15
Обед	закуска	5	Огурец свежий (нарезка)	120	14,40	10	1	0	1
	1 блюдо	96	Суп картофельный, с мясом кур	300	29,32	176	6	9	10
	2 блюдо	321	Макароны отварные	250	15,80	437	5	9	0
	гарнир	202	Рыба запеченная с овощами	180	32,40	204	19	19	1
	сладкое	868	Чай с сахаром	200	9,01	20	0	0	7
	хлеб бел.	12	Батон обогащенный	60	3,90	78	2	1	16
	хлеб черн.	56	Хлеб ржано-пшеничный	80	1,60	56	2	0	11
						130,03			
Итого					209,80				

Начальник лагеря _____ / Курносова Т.В./