

МЕНЮ

на ЛАГЕРЬ 24 МАРТА 2022 г.
по столовой СОШ 29

ЗАВТРАК

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
302	Каша молочная рисовая	200		218,00	3,00	8,00	31,60
342	Омлет натуральный с сыром	115		227,00	12,40	18,60	1,80
687	Чай с молоком	200		87,00	1,60	1,60	17,30
тк	Хлеб пшен/ржаной	30/30		130,00	4,30	0,60	25,90
тк	Яблоко	135		88	0,7	0	9,7
Итого			0	765,5	22	28,8	86,3

ОБЕД

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
20	Салат из свежих огурцов	100		52	0,8	15	3,1
109	Борщ со сметаной	200/15		151	7	9,4	17,4
493	Бедро тушеное в сметанном соусе	120		263	4,3	7,2	44,1
36/03	Рис припущенный с овощами	150		198	20,9	9,9	6
705	Напиток из шиповника	200		134	2,4	1,6	27,5
тк	Хлеб пшен/ржаной	30/30		130	4,3	0,6	25,9
Итого			0	928	39,7	43,7	124,3

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
Итого			0	0	0	0	0

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
Итого			0	0	0	0	0

Зав. столовой _____