

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Гимназия №3»

В. Мазина

«_____» 2023 г.

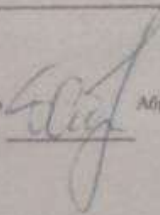


МУЗ КШП

10.07.2023

Лагерь ЛДП

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак I			
1 шт	Апельсин	Калорийность-91, Белки-184, Углеводы-17	
180	Плов с изюмом	Калорийность-345, Белки-4, Жиры-13, Углеводы-55	
200	Напиток с витаминами "ВитаЛайт НК"	Калорийность-35, Углеводы-9	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
Итого за Горячий завтрак I		Калорийность-549, Белки-191, Жиры-13, Углеводы-96	
Обед I			
100	Салат "Осенний"	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
235	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной, фрикадельками	Калорийность-175, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-8	
175	Жаркое по-домашнему	Калорийность-319, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-17	
200	Напиток из замороженной компотной смеси	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Обед I		Калорийность-834, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-86	
Итого за день		Калорийность-1 383, Белки-229, Жиры-51, Углеводы-182	140-00

Директор  Абрамова Т.Ю.

Технолог



Ахметжанова М.Р.

Бухгалтер-калькулятор



Мелентьева Т.Ю.