

Школа №6 (Летний лагерь 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
170	-Запеканка из творога с морковью в/у	кКал-362, Бел-23, Жир-20, Угл-22
	Творог, Морковь, в/у, Молоко, Крупа манная, Сахар, Яйцо, Соль, Сметана, Масло растительное, Сухофрукты, Масло сливочное, *Вода	
70	Соус молочный (сладкий)	
	Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, *Вода, Сахар, Ванилин	
200	Чай с сахаром	кКал-60, Угл-15
	Чай высшего сорта, Сахар, *Вода	
30	Хлеб пшеничный	кКал-25, Бел-1, Угл-5
30	Хлеб ржаной	кКал-11, Угл-3

Итого за Завтрак кКал-459, Бел-24, Жир-21, Угл-44

Обед

220/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной в/у	кКал-118, Бел-6, Жир-4, Угл-18
	Капуста белокочанная, Картофель в/у, Морковь в/у, Петрушка, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, *Вода, Сметана	
100	Голень куриная запечённая/ Соус красный основной	кКал-194, Бел-12, Жир-13, Угл-12
	Голень куриная охлажденная, Лук репчатый, Томат-паста, Чеснок, Соль, Масло растительное, Вода питьевая высшей категории качества, Мука пшеничная, Масло сливочное	
180/20	Каши гречневая рассыпчатая с овощами/ Огурец порционный 180/20	кКал-353, Бел-11, Жир-8, Угл-46
	Крупа гречневая, Лук репчатый, Морковь в/у, Соль, Масло сливочное, Огурцы	
200	Компот из изюма	кКал-132, Угл-33
	Изюм, Сахар, Кислота лимонная, *Вода	
30	Хлеб пшеничный	кКал-25, Бел-1, Угл-5
20	Хлеб ржаной	кКал-8, Угл-2

Итого за Обед кКал-830, Бел-31, Жир-26, Угл-117

Итого за кКал-1289, Бел-56, Жир-46, Угл-161

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет 315-00

Заведующая производством

бухгалтер

Согласовано: Директор школы

Школа №6 (Летний лагерь 12 и ст)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	-Запеканка из творога с морковью в/у	кКал-426, Бел-27, Жир-24, Угл-25
	Творог, Морковь в/у, Молоко, Крупа манная, Сахар, Яйцо, Соль, Сметана, Масло растительное, Сухофрукты, Масло сливочное, *Вода	
50	Соус молочный (сладкий)	
	Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, *Вода, Сахар, Ванилин	
200	Чай с сахаром	кКал-60, Угл-15
	Чай высшего сорта, Сахар, *Вода	
50	Хлеб пшеничный	кКал-42, Бел-1, Угл-8
50	Хлеб ржаной	кКал-19, Угл-4

Итого за Завтрак кКал-547, Бел-29, Жир-24, Угл-53

Обед

270/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной в/у	кКал-143, Бел-8, Жир-5, Угл-22
	Капуста белокочанная, Картофель в/у, Морковь в/у, Петрушка, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, *Вода, Сметана	
110	Голень куриная запечённая/ Соус красный основной	кКал-214, Бел-13, Жир-14, Угл-14
	Голень куриная охлажденная, Лук репчатый, Томат-паста, Чеснок, Соль, Масло растительное, Вода питьевая высшей категории качества, Мука пшеничная, Масло сливочное	
200	Компот из изюма	кКал-132, Угл-33
	Изюм, Сахар, Кислота лимонная, *Вода	
50	Хлеб пшеничный	кКал-42, Бел-1, Угл-8
30	Хлеб ржаной	кКал-11, Угл-3
200/20	Каши гречневая рассыпчатая с овощами/ Огурец порционный 200/20	кКал-397, Бел-12, Жир-9, Угл-51
	Крупа гречневая, Лук репчатый, Морковь в/у, Соль, Масло сливочное, Огурцы	

Итого за Обед кКал-935, Бел-30, Жир-29, Угл-131

Итого за кКал-1482, Бел-59, Жир-53, Угл-184

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет 315-00

Заведующая производством

бухгалтер

Согласовано: Директор школы