

Лагерь (Младшие классы)



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Гимназия №2»
И.С.Войтко

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
75	Сырники из творога	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-18	25-97
шт	Косичка зефирная	Калорийность-460, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-101	13-75
80,7	Каша вязкая молочная пшениная	Калорийность-262, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-34	12-31
200	Кофейный напиток на молоке	Калорийность-91, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11	8-35
10	Хлеб пшеничный	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	2-80
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	2-01
Итого за Горячий завтрак1			65-19
Обед1			
10	Свежие огурцы порционно	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	17-01
200	Суп харчо	Калорийность-109, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-12	7-64
70	Наггетсы из мяса птицы	Калорийность-155, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-10	24-34
180	Картофель, запеченный по - домашнему	Калорийность-227, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-38	19-16
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	1-09
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	2-86
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-71
Итого за Обед1			74-81
Итого за день			140-00

Лагерь (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
75	Сырники из творога	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-18	25-97
шт	Косичка зефирная	Калорийность-460, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-101	13-75
20,7	Каша вязкая молочная пшениная	Калорийность-284, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-37	13-22
200	Кофейный напиток на молоке	Калорийность-91, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11	8-35
10	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	2-15
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	1-35
Итого за Горячий завтрак2			64-79
Обед2			
100	Свежие огурцы порционно	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	16-89
50	Суп харчо	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15	9-10
70	Наггетсы из мяса птицы	Калорийность-155, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-10	24-34
200	Картофель, запеченный по - домашнему	Калорийность-253, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-42	20-29
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	1-09
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	2-15
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	1-35
Итого за Обед2			75-21
Итого за день			140-00

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова

М.Р.

Бухгалтер-каль-

кулятор

Мелентьева

Т.Ю.