26.05.2025

лагерь пн (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное (3)	Калорийность-32, Жиры-4
40	Яйцо вареное (3)	Калорийность-101, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
200	Каша гречневая молочная (3)	Калорийность-148, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25
200	Какао с молоком, сахаром (3)	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
80	Хлеб пшеничный (3)	Калорийность-211, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-40
	Итого за Завтрак	Калорийность-582, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-93
	Обед	
60	Салат Витаминный (3)	Калорийность-2
200	Рассольник Ленинградский со сметаной (3)	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-18
250	Жаркое по-домашнему (3)	Калорийность-170, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-10
200	Чай с сахаром (3)	Калорийность-46, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-6
60	Хлеб ржаной (3)	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-30
	Итого за Обед	Калорийность-506, Белки-15, Жиры-21, Углеводы-64
	Итого за день	Калорийность-1 088, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-157

Директор _____ Директор Калягин Д.Д.

_____

_____

26.05.2025

лагерь пн (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное (3)	Калорийность-32, Жиры-4
40	Яйцо вареное (3)	Калорийность-101, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
200	Каша гречневая молочная (3)	Калорийность-148, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25
200	Какао с молоком, сахаром (3)	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
80	Хлеб пшеничный (3)	Калорийность-211, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-40
	Итого за Завтрак	Калорийность-582, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-93
	Обед	
60	Салат Витаминный (3)	Калорийность-2
200	Рассольник Ленинградский со сметаной (3)	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-18
250	Жаркое по-домашнему (3)	Калорийность-170, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-10
200	Чай с сахаром (3)	Калорийность-46, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-6
60	Хлеб ржаной (3)	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-30
	Итого за Обед	Калорийность-506, Белки-15, Жиры-21, Углеводы-64
	Итого за день	Калорийность-1 088, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-157

Директор _____ Директор Калягин Д.Д. _____ _____

28.05.2025

лагерь ср (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное (3)	Калорийность-32, Жиры-4
40	Яйцо вареное (3)	Калорийность-101, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
200	Каша пшеничная молочная (3)	Калорийность-128, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-23
200	Кофейный напиток с молоком, сахаром (3)	Калорийность-118, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-20
80	Хлеб пшеничный (3)	Калорийность-211, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-40
	Итого за Завтрак	Калорийность-590, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-94
	Обед	
60	Салат из моркови и яблок (9)	Калорийность-17, Белки-1, Углеводы-3
200	Суп картофельный с фасолью (3)	Калорийность-174, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-23
100	Кура запеченая (голень кур)	Калорийность-234, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-1
150	Картофельное пюре (3)	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7
200	Чай с сахаром (3)	Калорийность-61, Углеводы-15
60	Хлеб ржаной (3)	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-30
	Итого за Обед	Калорийность-721, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-80
	Итого за день	Калорийность-1 311, Белки-48, Жиры-47, Углеводы-174

Директор _____ Директор Калягин Д.Д. _____ _____

28.05.2025

лагерь ср (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное (3)	Калорийность-32, Жиры-4
40	Яйцо вареное (3)	Калорийность-101, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
200	Каша пшеничная молочная (3)	Калорийность-128, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-23
200	Кофейный напиток с молоком, сахаром (3)	Калорийность-118, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-20
80	Хлеб пшеничный (3)	Калорийность-211, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-40
	Итого за Завтрак	Калорийность-590, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-94
	Обед	
60	Салат из моркови и яблок (9)	Калорийность-17, Белки-1, Углеводы-3
200	Суп картофельный с фасолью (3)	Калорийность-174, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-23
100	Кура запеченая (голень кур)	Калорийность-234, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-1
150	Картофельное пюре (3)	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7
200	Чай с сахаром (3)	Калорийность-61, Углеводы-15
60	Хлеб ржаной (3)	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-30
	Итого за Обед	Калорийность-721, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-80
	Итого за день	Калорийность-1 311, Белки-48, Жиры-47, Углеводы-174

Директор _____ Директор Калягин Д.Д.

Директор _____

_____

лагерь чт (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное (3)	Калорийность-32, Жиры-4
20	Сыр порционный (3)	Калорийность-37, Белки-2, Жиры-3
200	Каша манная молочная (3)	Калорийность-129, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-24
200	Чай с сахаром (3)	Калорийность-61, Углеводы-15
80	Хлеб пшеничный (3)	Калорийность-211, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-40
	Итого за Завтрак	Калорийность-470, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-79
	Обед	
60	Салат из свеклы с маслом раст.(3)	Калорийность-5, Углеводы-1
200	Суп гороховый (3)	Калорийность-220, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-28
100	Гуляш из отварного мяса (3)	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-10, Углеводы-5
150	Макаронные изделия отварные (3)	Калорийность-181, Белки-9, Жиры-2, Углеводы-32
200	Компот из сухофруктов с сахаром (3)	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-9
60	Хлеб ржаной (3)	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-30
	Итого за Обед	Калорийность-727, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-104
	Итого за день	Калорийность-1 197, Белки-37, Жиры-35, Углеводы-183

Директор _____ Директор Калягин Д.Д. _____ _____

30.05.2025

лагерь пт (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное (3)	Калорийность-32, Жиры-4
40	Яйцо вареное (3)	Калорийность-101, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
200	Каша пшенная молочная (3)	Калорийность-116, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-21
200	Какао с молоком, сахаром (3)	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
80	Хлеб пшеничный (3)	Калорийность-211, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-40
	Итого за Завтрак	Калорийность-550, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-89
	Обед	
60	Винегрет овощной	Калорийность-43, Жиры-4, Углеводы-4
200	Щи из св.капусты с картофелем со сметаной (3)	Калорийность-133, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-9
100	Котлета мясная (с)	Калорийность-190, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-14
50	Соус томатный (3)	Калорийность-36, Жиры-2, Углеводы-4
150	Рис отварной (3)	Калорийность-169, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-32
200	Чай с сахаром (3)	Калорийность-61, Углеводы-15
60	Хлеб ржаной (3)	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-30
	Итого за Обед	Калорийность-791, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-108
	Итого за день	Калорийность-1 341, Белки-45, Жиры-42, Углеводы-196

Директор _____ Директор Калягин Д.Д. _____ _____

02.06.2025

лагерь пн (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное	Калорийность-38, Жиры-4
20	Сыр порционный	Калорийность-64, Белки-4, Жиры-5
200	Суп молочный с вермишелью	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16
200	Чай с сахаром	Калорийность-61, Углеводы-15
100	Хлеб пшеничный	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23
	Итого за Завтрак	Калорийность-392, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-55
	Обед	
60	Салат из св.капусты с морковью	Калорийность-17, Белки-1, Углеводы-3
200	Суп картофельный с рисом и фрикадельками (4)	Калорийность-209, Белки-1, Углеводы-6
100	Фрикадельки рыбные (т)	Калорийность-431, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-16
30	Соус томатный	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-3
150	Картофельное пюре	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10
200	Компот из сухофруктов с сахаром	Калорийность-74, Белки-1, Углеводы-18
75	Хлеб ржаной	Калорийность-163, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-2
	Итого за Обед	Калорийность-1 034, Белки-18, Жиры-5, Углеводы-57
	Итого за день	Калорийность-1 426, Белки-30, Жиры-18, Углеводы-112

Директор _____ Директор Калягин Д.Д. _____ _____

03.06.2025

лагерь 2 вт (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное	Калорийность-38, Жиры-4
40	Яйцо вареное	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
200	Каша Дружба с маслом (ЦПД)	Калорийность-226, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-37
200	Чай с сахаром	Калорийность-61, Углеводы-15
100	Хлеб пшеничный	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23
	Итого за Завтрак	Калорийность-508, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-75
	Обед	
60	Икра кабачковая порционная	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
200	Борщ из св.капусты (б) со сметаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
100	Кура запеченая (голень кур)	Калорийность-234, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-1
50	Соус томатный	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-231, Белки-9, Жиры-1, Углеводы-47
200	Компот из сухофруктов с сахаром	Калорийность-74, Белки-1, Углеводы-18
75	Хлеб ржаной	Калорийность-163, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-2
	Итого за Обед	Калорийность-835, Белки-37, Жиры-26, Углеводы-84
	Итого за день	Калорийность-1 343, Белки-52, Жиры-42, Углеводы-159

Директор _____ Директор Калягин Д.Д. _____ _____

04.06.2025

лагерь 2 ср (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное	Калорийность-38, Жиры-4
20	Сыр порционный	Калорийность-64, Белки-4, Жиры-5
200	Каша пшеничная молочная	Калорийность-250, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-36
200	Чай с сахаром	Калорийность-61, Углеводы-15
100	Хлеб пшеничный	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23
150	Фрукты свежие в ассорт. (9)	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-17
	Итого за Завтрак	Калорийность-656, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-92
	Обед	
60	Винегрет овощной	Калорийность-43, Жиры-4, Углеводы-4
200	Суп гороховый (б)	Калорийность-185, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-23
100	Котлета мясная (с)	Калорийность-190, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-14
50	Соус томатный	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
150	Греча отварная рассыпчатая	Калорийность-238, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38
200	Компот из сухофруктов с сахаром	Калорийность-74, Белки-1, Углеводы-18
75	Хлеб ржаной	Калорийность-163, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-2
	Итого за Обед	Калорийность-931, Белки-42, Жиры-26, Углеводы-102
	Итого за день	Калорийность-1 587, Белки-58, Жиры-43, Углеводы-194

Директор _____ Директор Калягин Д.Д. _____ _____

05.06.2025

лагерь 2 чт (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное	Калорийность-38, Жиры-4
200	Омлет натуральный паровой	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5
200	Чай с сахаром	Калорийность-61, Углеводы-15
100	Хлеб пшеничный	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23
	Итого за Завтрак	Калорийность-278, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-43
	Обед	
60	Салат из свеклы отварной с м/раст. (9)	Калорийность-17, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2
200	Суп картофельный с макарон.изделиями (б)	Калорийность-123, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-13
250	Жаркое по-домашнему (с)	Калорийность-407, Белки-15, Жиры-19, Углеводы-43
200	Компот из сухофруктов с сахаром	Калорийность-74, Белки-1, Углеводы-18
75	Хлеб ржаной	Калорийность-163, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-2
	Итого за Обед	Калорийность-784, Белки-29, Жиры-26, Углеводы-78
	Итого за день	Калорийность-1 062, Белки-36, Жиры-35, Углеводы-121

Директор _____ Директор Калягин Д.Д.

_____

_____

06.06.2025

лагерь 2 пт (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное	Калорийность-38, Жиры-4
180/20	Макаронные изделия отварные с сыром	Калорийность-233, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-41
200	Чай с сахаром	Калорийность-61, Углеводы-15
100	Хлеб пшеничный	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23
150	Фрукты свежие в ассорт. (9)	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-17
	Итого за Завтрак	Калорийность-575, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-97
	Обед	
60	Кукуруза конс.поционная (1)	Калорийность-29, Белки-2, Углеводы-5
200	Щи из св.капусты с картофелем со сметаной (3)	Калорийность-133, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-9
100	Гуляш из отварного мяса	Калорийность-107, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-5
150	Рис отварной	Калорийность-206, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-43
200	Компот из сухофруктов с сахаром	Калорийность-74, Белки-1, Углеводы-18
75	Хлеб ржаной	Калорийность-163, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-2
	Итого за Обед	Калорийность-712, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-81
	Итого за день	Калорийность-1 287, Белки-40, Жиры-27, Углеводы-177

Директор _____ Директор Калягин Д.Д.

_____

_____

09.06.2025

лагерь 1 пн (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное (3)	Калорийность-32, Жиры-4
40	Яйцо вареное (3)	Калорийность-101, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
200	Каша гречневая молочная (3)	Калорийность-148, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25
200	Какао с молоком, сахаром (3)	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
80	Хлеб пшеничный (3)	Калорийность-211, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-40
150	Фрукты свежие в ассорт. (9)	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-17
	Итого за Завтрак	Калорийность-705, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-110
	Обед	
60	Салат Витаминный (3)	Калорийность-2
200	Рассольник Ленинградский со сметаной (3)	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-18
250	Жаркое по-домашнему (3)	Калорийность-170, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-10
200	Чай с сахаром (3)	Калорийность-46, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-6
60	Хлеб ржаной (3)	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-30
	Итого за Обед	Калорийность-506, Белки-15, Жиры-21, Углеводы-64
	Итого за день	Калорийность-1 211, Белки-34, Жиры-36, Углеводы-174

Директор _____ Директор Калягин Д.Д.

_____

_____

10.06.2025

лагерь 1 вт (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное (З)	Калорийность-32, Жиры-4
20	Сыр порционный (З)	Калорийность-37, Белки-2, Жиры-3
200	Каша геркулесовая на молоке (З)	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-28
200	Чай с сахаром (З)	Калорийность-61, Углеводы-15
80	Хлеб пшеничный (З)	Калорийность-211, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-40
	Итого за Завтрак	Калорийность-493, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-83
	Обед	
60	Салат Мозайка (З)	Калорийность-8, Углеводы-2
200	Свекольник со сметаной (З)	Калорийность-133, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-11
100	Биточки куриные (фил.) (З)	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-10, Углеводы-10
60	Соус томатный (З)	Калорийность-43, Жиры-2, Углеводы-5
150	Картофель отварной (З)	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15
200	Компот из сухофруктов с сахаром (З)	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-9
60	Хлеб ржаной (З)	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-30
	Итого за Обед	Калорийность-635, Белки-14, Жиры-28, Углеводы-82
	Итого за день	Калорийность-1 128, Белки-27, Жиры-40, Углеводы-165

Директор _____ Директор Калягин Д.Д. _____ _____

11.06.2025

лагерь 1 ср (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное (3)	Калорийность-32, Жиры-4
40	Яйцо вареное (3)	Калорийность-101, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
200	Каша пшеничная молочная (3)	Калорийность-128, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-23
200	Кофейный напиток с молоком, сахаром (3)	Калорийность-118, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-20
80	Хлеб пшеничный (3)	Калорийность-211, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-40
150	Фрукты свежие в ассорт. (9)	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-17
	Итого за Завтрак	Калорийность-713, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-111
	Обед	
60	Салат из моркови и яблок (9)	Калорийность-17, Белки-1, Углеводы-3
200	Суп картофельный с фасолью (3)	Калорийность-174, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-23
100	Кура запеченая (голень кур)	Калорийность-234, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-1
150	Картофельное пюре (3)	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7
200	Чай с сахаром (3)	Калорийность-61, Углеводы-15
60	Хлеб ржаной (3)	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-30
	Итого за Обед	Калорийность-721, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-80
	Итого за день	Калорийность-1 434, Белки-48, Жиры-47, Углеводы-191

Директор _____ Директор Калягин Д.Д.

_____

_____

12.06.2025

лагерь 1 чт (Лагерь СОШ Надвоицы 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
10	Масло сливочное порционное (3)	Калорийность-32, Жиры-4
20	Сыр порционный (3)	Калорийность-37, Белки-2, Жиры-3
200	Омлет натуральный паровой (9)	Калорийность-158, Белки-7, Углеводы-32
200	Чай с сахаром (3)	Калорийность-61, Углеводы-15
80	Хлеб пшеничный (3)	Калорийность-211, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-40
	Итого за Завтрак	Калорийность-499, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-87
	Обед	
60	Салат из свеклы с маслом раст.(3)	Калорийность-5, Углеводы-1
200	Суп гороховый (3)	Калорийность-220, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-28
100	Гуляш из отварного мяса (3)	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-10, Углеводы-5
150	Макаронные изделия отварные (3)	Калорийность-181, Белки-9, Жиры-2, Углеводы-32
200	Компот из сухофруктов с сахаром (3)	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-9
60	Хлеб ржаной (3)	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-30
	Итого за Обед	Калорийность-727, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-104
	Итого за день	Калорийность-1 226, Белки-41, Жиры-33, Углеводы-191

Директор _____ Директор Калягин Д.Д.

_____

_____