

Школа

МБОУ Камская ООШ

Отд./корп

День

19.06.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша овсяная	180	14,43	196	6	9	24
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	1,72	57	0	0	14
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	3,85	118	4	0	25
	хлеб								
			Яблоки	130	19,50	59	1	1	13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Винегрет	100	10,68	128	1	10	8
	1 блюдо		Рассольник	250	11,05	172	3	10	17
	2 блюдо		Шницель из свинины	90	32,08	297	16	22	8
	гарнир		Макаронные изделия	180	13,53	261	6	7	42
	напиток		Напиток из шиповника	200	5,69	88	0	0	21
	хлеб пшен.		Хлеб пшеничный	30	2,31	71	2	0	15
	хлеб ржан.								
	конд.изд.		Печенье	322	56,31	1394	26	43	227
	фрукты		Мандарины	169	38,85	68	1	1	14