



Меню для учащихся летнего оздоровительного лагеря при филиале МОБУ лицей № 1 с. Большеустьикинское Лемезтамакская СОШ им. В.Ахмадуллина д. Кутушево

Школа Лемезтамакская СОШ Отд./корп День 28.09.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-27к	Каша жидкая молочная манная	250	23,26	218	7	7	32
	гор.напиток	54-21гн	Какао с молоком	200	20,96	100	5	4	13
	хлеб	54-13-Пром.	Хлеб пшеничный, сыр твердых сортов в нарезке	45	17,16	124	6	5	15
	фрукты	Пром.	Яблоко	200	34,00	89	1	1	20
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	90	8,23	69	1	4	7
	1 блюдо	54-3с	Рассольник Ленинградский	250	19,31	157	6	7	17
	2 блюдо	54-11м	Плов из отварной говядины	200	70,61	348	15	15	39
	гарнир								
	напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200	1,79	27	0	0	6
	хлеб бел.	Пром	Хлеб пшеничный	45	4,36	106	3	0	22
	хлеб черн.	Пром	Хлеб ржаной	30	2,91	51	2	0	10