

Согласовано: Начальник летнего
лагеря Лет В.А. Лекомцева
" 03 " июня 2024 г.

Утверждаю
Директор МКОУ "Новоуинемская СОШ"
О.Т. Лекомцева



№ рец.	Наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества (г)						Энергет. Ценность	
		7-10лет	11 и ст	Белки		Жиры		Углеводы		7-10лет	11 и ст
		7-10лет	11 и ст	7-10лет	11 и ст	7-10лет	11 и ст	7-10лет	11 и ст	7-10лет	11 и ст
ЗАВТРАК											
127/2008г	Каша пшённая молочная жидкая	150	180	5,25	6,30	6,90	8,28	25,05	30,06	183,30	219,96
ттк	Бутерброд с сыром	50	50	5,88	5,88	8,85	8,85	14,53	14,53	156,08	156,08
пп	Фрукт свежий (яблоко)	150	150	3,60	3,60	0,60	0,60	14,70	14,70	66,60	66,60
ПР	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	2,31	0,24	0,24	14,85	14,85	70,8	70,80
149/2008г	Какао с молоком	200	200	9,80	9,80	10,00	10,00	65,00	65,00	389,20	389,20
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		580	610	26,84	27,89	26,59	27,97	134,13	139,14	865,98	902,64
ОБЕД											
39/2008г	Борщ с картофелем	250	250	6,52	6,52	10,40	10,40	13,90	13,90	218,88	218,88
304-2017	Рис отварной	150	150	3,67	3,7	5,4	5,4	36,7	36,7	210,1	210,1
54-6м-2020 (11 лет и старше)	Биточки из говядины	100	100	18,27	18,27	18,13	18,13	16,27	16,27	301,73	301,73
141/2008г	Соус томатный	30	40	0,78	1,04	2,88	3,84	2,82	3,76	40,32	53,76
	Хлеб пшеничный	30	50	2,31	3,85	0,24	0,40	14,85	24,75	70,8	118,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40	1,98	2,64	0,33	0,44	13,17	17,56	63,57	84,76
	Йогурт 95гр										
153/2008г	Компот из сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,00	0,0	31,4	31,40	128,00	128,0
ИТОГО ЗА ОБЕД:		790	830	34,13	36,59	37,40	38,63	129,08	144,31	1033,41	1115,24
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				60,96	64,47	63,99	66,60	263,21	283,45	1899,39	2017,88