

Согласовано: Начальник летнего  
лагеря Лев В.А. Лекомцева  
2 " 10 " июня 2024 г.

Утверждаю  
Директор МКОУ "Новоунтемская ООШ"  
О.Л. 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         |                   |                |
| <b>ЗАВТРАК</b>           |                              |              |            |                      |               |              |              |                |                 |                   |                |
| 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            | 40           | 50         | 4,7                  | 5,88          | 7,08         | 8,85         | 11,62          | 14,53           | 124,86            | 156,08         |
| пп                       | Фрукт свежий (груша)         | 150          | 150        | 8,1                  | 8,10          | 4,95         | 4,95         | 25,95          | 25,95           | 68,25             | 68,25          |
|                          | Хлеб пшеничный               | 20           | 30         | 1,54                 | 2,31          | 0,16         | 0,24         | 9,90           | 14,85           | 47,2              | 70,80          |
| 149/2008г                | Какао с молоком              | 200          | 200        | 9,8                  | 9,80          | 10,00        | 10,00        | 65,00          | 65,00           | 389,20            | 389,20         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:</b> |                              | <b>560</b>   | <b>610</b> | <b>29,39</b>         | <b>32,385</b> | <b>29,09</b> | <b>32,32</b> | <b>137,524</b> | <b>150,39</b>   | <b>812,81</b>     | <b>904,29</b>  |
| <b>ОБЕД</b>              |                              |              |            |                      |               |              |              |                |                 |                   |                |
| 60/2008г                 | Уха со взбитым яйцом         | 200          | 250        | 10,8                 | 13,50         | 2,88         | 3,60         | 0,68           | 12,50           | 109,12            | 136,40         |
| 97/2008г                 | Макаронные изделия отварные  | 150          | 200        | 5,25                 | 7,00          | 6,15         | 8,20         | 1,65           | 47,00           | 217,35            | 289,80         |
| 191/2013г                | Голубцы "Уралочка"           | 90           | 100        | 7,9425               | 8,83          | 5,09         | 5,65         | 1,12           | 12,66           | 123,12            | 136,80         |
| 141/2008г                | Соус томатный                | 40           | 40         | 1,04                 | 1,04          | 3,84         | 3,84         | 0,09776        | 3,76            | 53,76             | 53,76          |
|                          | Хлеб пшеничный               | 50           | 50         | 3,85                 | 3,85          | 0,4          | 0,40         | 1,90575        | 24,75           | 118               | 118,00         |
|                          | Хлеб ржано-пшеничный         | 40           | 40         | 2,64                 | 2,64          | 0,44         | 0,44         | 1,15896        | 17,56           | 84,76             | 84,76          |
|                          | Йогурт 95гр                  |              |            |                      |               |              |              |                |                 |                   |                |
| 342/2017                 | Компот из свежих яблок       | 200          | 200        | 0,16                 | 0,16          | 0,16         | 0,16         | 0,019104       | 23,88           | 97,6              | 97,6           |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>    |                              | <b>770</b>   | <b>880</b> | <b>31,6825</b>       | <b>37,02</b>  | <b>18,96</b> | <b>22,29</b> | <b>6,61904</b> | <b>142,1125</b> | <b>803,71</b>     | <b>917,12</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>    |                              |              |            | <b>61,07</b>         | <b>69,40</b>  | <b>48,05</b> | <b>54,61</b> | <b>144,14</b>  | <b>292,50</b>   | <b>1616,52</b>    | <b>1821,41</b> |