

Согласовано: Начальник летнего
лагеря Лисл В.А. Лекомцева
" 05 " июня 2024 г.

Утверждаю
Директор МКОУ "Новоуинте́мская ООШ"
О.Г. 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
ЗАВТРАК											
112/2008г	Омлет натуральный	150	150	15	15,00	25,05	25,05	2,85	2,85	296,85	296,85
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	40	55	2,45	3,37	8,55	11,76	14,62	20,10	145,00	199,38
пп	Фрукт свежий (апельсин)	130	150	3,64	4,20	3,51	4,05	14,95	17,25	69,94	80,70
ПР	Хлеб пшеничный	30	50	2,31	3,85	0,24	0,40	14,85	24,75	70,80	118,00
261/2013г	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,20	0,00	0,0	14,0	14,00	56,80	56,80
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		550	605	23,6	26,62	37,35	41,2563	61,27	78,95	639,39	751,73
ОБЕД											
тгк	Нарезка с помидорами и огурцами	60	100	1,35	2,25	6,53	10,88	2,10	3,50	73,50	122,50
47/2008г	Суп картофельный с бобовыми	250	250	6,20	6,20	5,60	5,60	22,30	22,30	164,40	164,40
259/2017	Жаркое по домашнему из говядины	200	230	19,04	21,9	21,57	24,8	15,88	18,26	328,23	377,47
	Хлеб пшеничный	30	60	2,31	4,62	0,24	0,48	14,85	29,7	70,80	141,60
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40	1,98	2,64	0,33	0,44	13,17	17,56	63,57	84,76
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 ОБЕД:		770	880	40,68	47,41	44,26	52,195	133,30	156,32	1089,70	1279,93
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				64,28	74,03	81,61	93,45	194,57	235,27	1729,09	2031,655