

Согласовано: Начальник летнего
лагеря Лекс В.А. Лекомцева
" 07 " июня 2024 г.

Директор МКОУ



Утверждаю
"Новоунтемская СОШ"
О.Т. Лекомцева

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества (г)							
		7-10лет	11 и ст	Белки		Жиры		Углеводы		Энергет. Ценность	
				7-10лет	11 и ст	7-10лет	11 и ст	7-10лет	11 и ст	7-10лет	11 и ст
ЗАВТРАК											
129/2008г	Каша овсянная "Геркулес" жидкая	150	200	4,65	6,2	7,2	9,6	19,95	26,60	163,20	217,6
пп	Фрукт свежий (яблоко)	150	150	3,6	3,60	0,60	0,60	14,70	14,70	66,60	66,60
	Хлеб пшеничный	50	60	3,85	4,62	0,4	0,48	24,75	29,7	118	141,60
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	610	12,3	14,62	8,2	10,68	73,4	85	404,6	482,6
ОБЕД											
	вафли	50	50	1,85	1,85	17,45	17,45	29,2	29,2	281,25	281,25
104/2017	Суп с мясными фрикадельками	250	250	2,2	2,2	2,78	2,78	15,38	15,38	106	106
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	250	21,92	27,4	22,88	28,60	13,28	16,6	347,0	433,70
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40	1,98	2,64	0,33	0,44	13,17	17,56	63,57	84,76
	Хлеб пшеничный	40	60	3,08	4,62	0,32	0,48	19,80	29,7	94,4	141,60
146/2008г	Чай с лимоном	200	200	0,3	0,30	0,00	0,0	15,2	15,20	62,00	62,00
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	850	31,33	39,01	43,76	49,75	106,03	123,64	954,18	1109,31
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				43,63	53,63	51,96	60,43	179,43	208,64	1358,78	1591,91