

Согласовано

Начальник лагеря



Белослудцева Ю.С.



Утверждаю

Директор школы

Дементьев Г. А./

Возрастная категория: 7-11 лет

День: 12 на 16 июня 2025г.

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Каша гречневая вязкая	200	7,73	12,25	26,65	297,24
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
пп	Фрукт свежий (апельсин)	180	5,04	4,86	20,70	96,84
148/2008г	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		640	20,85	21,37	90,34	635,92
ОБЕД						
ттк	Салат «Зимний»	60	2.1	2.96	1.44	39.02
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,15	9,375	4,375	162,00
ттк	Жаркое по домашнему из говядины	240	16.59	18.57	74.36	489.88
	Хлеб пшеничный	20	1.54	0.16	9.9	47.20
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.98	0.33	13.17	63.57
153/2008г	Компот из сухофруктов	180	0.54	0.0	28.26	115.2
ИТОГО ЗА ОБЕД:		780	29.90	30.84	130.69	916.87

Составитель  Л.В.Белослудцева