

Утверждаю: Начальник пришкольного
лагеря МБОУ "Излучинская
общеобразовательная начальная школа"
М. А. Липовецкая

3 Июль 2024 г



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория от 7 - 11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецепт
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 4								
Завтрак	Каша пшеничная вязкая (С)	160/5	7,95	7,55	39,4	262,04	TK№ 176с/22	2022
	Кофейный напиток (или цикорий) (С)	200	2,25	1,93	21,84	116,27	TK№ 124с/22	2022
	Батон пшеничный В/С	35	2,8	0,35	17,19	83,3	TK№ 10/22	2022
	Масло сливочное (порциями)	8	0,07	5,72	0,1	52,14	TK№ 210ш/22	2022
	Йогурт 2,5 % жирности	115	3,91	2,88	6,33	66,82	TK№ 28/22	2022
Итого завтрак		523	16,98	18,43	84,86	580,57		
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов (С)	100	0,91	10	3,46	108,81	TK№ 326ш/22	2022
	Суп картофельный с лапшой домашней и курицей (Р)	200/10	4,58	5,15	15,66	124,93	TK№ 24ш/22	2022
	Печень, тушеная в соусе (С)	100	13,3	9,97	8,61	171,68	TK№ 234ш/22	2022
	Картофель отварной (С)	160	3,16	4,37	25,1	152,42	TK№ 185ш/22	2022
	Соки в ассортименте	200	1	0,2	20,2	86	TK№ 292ш/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	40	3,04	0,32	19,68	93,76	TK№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	41	2,71	0,49	16,24	80,2	TK№ 9/22	2022
Итого обед		851	28,7	30,5	108,95	817,8		
Итого за день:			45,68	48,93	193,81	1398,37		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова

Утверждаю: Начальник пришкольного
лагеря МБОУ "Излучинская
общеобразовательная начальная школа"
_____ М. А. Липовецкая

3 Июль 2024 г



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория от 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецепт
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 4								
Завтрак	Каша пшенная вязкая (С)	200/6	9,87	9,23	48,93	324,15	TK№ 176с/22	2022
	Кофейный напиток (или цикорий) (С)	200	2,25	1,93	21,84	116,27	TK№ 124с/22	2022
	Батон пшеничный В/С	45	3,6	0,45	22,1	107,1	TK№ 10/22	2022
	Масло сливочное (порциями)	10	0,09	7,15	0,13	65,17	TK№ 210ш/22	2022
	Йогурт 2,5 % жирности	115	3,91	2,88	6,33	66,82	TK№ 28/22	2022
Итого завтрак		576	19,72	21,64	99,33	679,51		
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов (С)	100	0,91	10	3,46	108,81	TK№ 326ш/22	2022
	Суп картофельный с лапшей домашней и курицей (Р)	250/15	6,39	6,99	19,38	162,11	TK№ 24ш/22	2022
	Печень, тушенная в соусе (С)	120	15,97	11,97	10,35	206,16	TK№ 234ш/22	2022
	Картофель отварной (С)	180	3,56	4,94	28,24	171,71	TK№ 185ш/22	2022
	Соки в ассортименте	200	1	0,2	20,2	86	TK№ 292ш/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	55	4,18	0,44	27,06	128,92	TK№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	55	3,63	0,66	21,78	107,58	TK№ 9/22	2022
Итого обед		975	35,64	35,2	130,47	971,29		
Итого за день:			55,36	56,84	229,8	1650,8		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова