

Утверждаю: Начальник пришкольного  
лагеря МБОУ "Излучинская  
общеобразовательная начальная школа"

*(Подпись)*  
М. А. Липовецкая

5 Июль 2024 г



### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 7 - 11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецепт
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
Завтрак	Каша рисовая вязкая (С)	200/6	4,93	6,88	36,47	231,87	ТК№ 178с/22	2022
	Какао с молоком (С)	200	3,56	3,29	19,09	125,24	ТК№ 214ш/22	2022
	Бутерброды горячие с сыром (С)	50	5,74	8,69	14,36	158,77	ТК№ 207с/22	2022
	Йогурт 2,5% жирности	115	3,91	2,88	6,33	66,82	ТК№ 28/22	2022
<b>Итого завтрак</b>		<b>571</b>	<b>18,14</b>	<b>21,74</b>	<b>76,25</b>	<b>582,7</b>		
Обед	Салат из свежих помидоров (С)	60	0,62	6,03	2,62	67,98	ТК№ 325ш/22	2022
	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной (С)	200/10/5	4,15	6,16	7,52	102,61	ТК№ 112ш/22	2022
	Говядина в кисло-сладком соусе (С)	90	14,24	15,76	8,95	235,16	ТК№ 231ш/22	2022
	Каша гречневая (С)	150	7,2	5,33	32,5	206,72	ТК№ 138ш/22	2022
	Соки в ассортименте	200	1,4	0,4	22,8	102	ТК№ 292ш/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	25	1,9	0,2	12,3	58,6	ТК№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	9,9	48,9	ТК№ 9/22	2022
<b>Итого обед</b>		<b>765</b>	<b>31,16</b>	<b>34,18</b>	<b>96,59</b>	<b>821,97</b>		
<b>Итого за день:</b>			<b>49,3</b>	<b>55,92</b>	<b>172,84</b>	<b>1404,67</b>		

Мед работник

*(Подпись)*

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

*(Подпись)*

Н. Г. Сафиканова

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

5 Июль 2024 г



**Меню приготавливаемых 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 6								
Завтрак	Каша рисовая вязкая (С)	220/6	5,4	7,15	39,93	250,43	TK№ 178с/22	2022
	Какао с молоком (С)	200	3,56	3,29	19,09	125,24	TK№ 214ш/22	2022
	Бутерброды горячие с сыром (С)	50	5,74	8,69	14,36	158,77	TK№ 207с/22	2022
	Йогурт 2,5% жирности	115	3,91	2,88	6,33	66,82	TK№ 28/22	2022
<b>Итого завтрак</b>		<b>591</b>	<b>18,61</b>	<b>22,01</b>	<b>79,71</b>	<b>601,26</b>		
Обед	Салат из свежих помидоров (С)	100	1,03	10,05	4,36	113,32	TK№ 325ш/22	2022
	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной (С)	250/10/5	4,49	6,87	9,16	117	TK№ 112ш/22	2022
	Говядина в кисло-сладком соусе (С)	100	15,82	17,51	9,94	261,27	TK№ 231ш/22	2022
	Каша гречневая (С)	180	8,64	6,39	39	248,07	TK№ 138ш/22	2022
	Соки в ассортименте	200	1,4	0,4	22,8	102	TK№ 292ш/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	35	2,66	0,28	17,22	82,04	TK№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,31	0,42	13,86	68,46	TK№ 9/22	2022
<b>Итого обед</b>		<b>915</b>	<b>36,35</b>	<b>41,92</b>	<b>116,34</b>	<b>992,16</b>		
<b>Итого за день:</b>			<b>54,96</b>	<b>63,93</b>	<b>196,05</b>	<b>1593,42</b>		

Мед работник



Г. О. Бегджанян

Зав. Производством



Н. Г. Сафиканова