

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

9 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 10								
Завтрак	Каша полезная (пшенно-кукурузная) молочная жидкая (Р)	150/5	4,72	6,07	25,08	177,46	ТК№ 56ш/22	2022
	Чай с молоком (С)	200	1,31	1,36	16,61	86,42	ТК№ 80с/22	2022
	Батон пшеничный В/С	25	2	0,25	12,28	59,5	ТК№ 10/22	2022
	Апельсиновый пирог (б/я) (Р)	50	3,43	8,39	33,34	223,19	ТК№ 414ш/24	2024
	Йогурт 2,5 % жирности	115	3,91	2,88	6,33	66,82	ТК№ 28/22	2022
<b>Итого завтрак</b>		<b>545</b>	<b>15,37</b>	<b>18,95</b>	<b>93,64</b>	<b>613,39</b>		
Обед	Салат из свежих огурцов (С)	60	0,44	5,96	1,37	61,64	ТК№ 324ш/22	2022
	Свекольник с мясом и сметаной (И)	200/10/6	4,27	5,95	10,59	113,51	ТК№ 50ш/22	2022
	Печень по-строгановски (С)	120	16,57	13,78	9,25	220,46	ТК№ 85ш/22	2022
	Пюре картофельное (С)	150	3,17	4,68	21,09	140,34	ТК№ 113ш/22	2022
	Напиток ягодный (Р)	200	0,12	0,05	12,48	52,99	ТК№ 33ш/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	55	4,18	0,44	27,06	128,92	ТК№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	55	3,63	0,66	21,78	107,58	ТК№ 9/22	2022
<b>Итого обед</b>		<b>856</b>	<b>32,38</b>	<b>31,52</b>	<b>103,62</b>	<b>825,44</b>		
<b>Итого за день:</b>			<b>47,75</b>	<b>50,47</b>	<b>197,26</b>	<b>1438,83</b>		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова

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

9 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 10								
Завтрак	Каша полезная (пшленно-кукурузная) молочная жидкая (Р)	200/6	6,24	7,6	33,25	231,21	TK№ 56ш/22	2022
	Чай с молоком (С)	200	1,31	1,36	16,61	86,42	TK№ 80с/22	2022
	Батон пшеничный В/С	35	2,8	0,35	17,19	83,3	TK№ 10/22	2022
	Апельсиновый пирог (б/я) (Р)	50	3,43	8,39	33,34	223,19	TK№ 414ш/24	2024
	Йогурт 2,5 % жирности	115	3,91	2,88	6,33	66,82	TK№ 28/22	2022
<b>Итого завтрак</b>		<b>606</b>	<b>17,69</b>	<b>20,58</b>	<b>106,72</b>	<b>690,94</b>		
Обед	Салат из свежих огурцов (С)	100	0,73	9,94	2,28	102,74	TK№ 324ш/22	2022
	Свекольник с мясом и сметаной (И)	250/10/6	4,63	6,57	12,92	129,92	TK№ 50ш/22	2022
	Печень по-строгановски (С)	120	16,57	13,78	9,25	220,46	TK№ 85ш/22	2022
	Пюре картофельное (С)	180	3,8	5,61	25,31	168,41	TK№ 113ш/22	2022
	Напиток ягодный (Р)	200	0,12	0,05	12,48	52,99	TK№ 33ш/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	60	4,56	0,48	29,52	140,64	TK№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,96	0,72	23,76	117,36	TK№ 9/22	2022
<b>Итого обед</b>		<b>986</b>	<b>34,37</b>	<b>37,15</b>	<b>115,52</b>	<b>932,52</b>		
<b>Итого за день:</b>			<b>52,06</b>	<b>57,73</b>	<b>222,24</b>	<b>1623,46</b>		

Мед работник



Г. О. Бегджанян

Зав. Производством



Н. Г. Сафиканова