

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

12 Июль 2024 г



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 7 - 11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет ическая ценность	№ рецепт уры	Сборни к рецепт
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 11								
Завтрак	Каша рисовая вязкая (С)	200/6	4,93	6,88	36,47	231,87	TK№ 178с/22	2022
	Какао с молоком (С)	200	3,56	3,29	19,09	125,24	TK№ 214ш/22	2022
	Батон пшеничный В/С	45	3,6	0,45	22,1	107,1	TK№ 10/22	2022
	Масло сливочное (порциями)	7	0,06	5	0,09	45,62	TK№ 210ш/22	2022
	Фрукты по сезону, мандарин	140	1,12	0,42	13,44	68,6	TK№ 31ш/22	2022
Итого завтрак		598	13,27	16,04	91,19	578,43		
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов (С)	60	0,54	6	2,08	65,3	TK№ 326ш/22	2022
	Суп картофельный с бобовыми и мясом (С)	200/10	10,11	6,89	24,55	201,15	TK№ 187с/22	2022
	Котлета "Здоровье" (С)	90	14,56	18,24	8,64	258,48	TK№ 305ш/22	2022
	Капуста тушеная (И)	150	3,25	4,98	9,07	94,65	TK№ 60ш/22	2022
	Соки в ассортименте	200	1,4	0,4	22,8	102	TK№ 292ш/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	25	1,9	0,2	12,3	58,6	TK№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	9,9	48,9	TK№ 9/22	2022
Итого обед		760	33,41	37,01	89,34	829,08		
Итого за день:			46,68	53,05	180,53	1407,51		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова

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

12 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 11								
Завтрак	Каша рисовая вязкая (С)	220/6	5,4	7,15	39,93	250,43	ТК№ 178с/22	2022
	Какао с молоком (С)	200	3,56	3,29	19,09	125,24	ТК№ 214ш/22	2022
	Батон пшеничный В/С	50	4	0,5	24,55	119	ТК№ 10/22	2022
	Масло сливочное (порциями)	13	0,11	9,29	0,17	84,72	ТК№ 210ш/22	2022
	Фрукты по сезону, мандарин	150	1,2	0,45	14,4	73,5	ТК№ 31ш/22	2022
Итого завтрак		639	14,27	20,68	98,14	652,89		
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов (С)	100	0,91	10	3,47	108,85	ТК№ 326ш/22	2022
	Суп картофельный с бобовыми и мясом (С)	250/10	7,73	7,61	18,94	175,81	ТК№ 187с/22	2022
	Котлета "Здоровье" (С)	100	16,18	20,26	9,6	287,19	ТК№ 305ш/22	2022
	Капуста тушеная (И)	180	3,9	5,98	10,89	113,61	ТК№ 60ш/22	2022
	Соки в ассортименте	200	1,4	0,4	22,8	102	ТК№ 292ш/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	40	3,04	0,32	19,68	93,76	ТК№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	78,24	ТК№ 9/22	2022
Итого обед		920	35,8	45,05	101,22	959,46		
Итого за день:			50,07	65,73	199,36	1612,35		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова