

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

16 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 15								
Завтрак	Вареники из П/Ф промышленного производства с картофелем с маслом	150/5	6,28	12,42	36,02	285,37	ТК№ 47ш/22	2022
	Чай с молоком (С)	200	1,31	1,36	16,61	86,42	ТК№ 80с/22	2022
	Королевская ватрушка (Р)	50	6,1	8,29	19,62	177,58	ТК№ 420ш/24	2024
	Фрукты по сезону, яблоко	120	0,5	0,54	11,64	53,44	ТК№ 31ш/22	2022
Итого завтрак		525	14,19	22,61	83,89	602,81		
Обед	Салат из картофеля с зеленым горошком (Ог/Гр)	60	1,09	3,11	5,61	55,13	ТК№ 33ш/22	2022
	Свекольник с мясом и сметаной (И)	200/10/6	4,27	5,95	10,59	113,51	ТК№ 50ш/22	2022
	Говядина в кисло-сладком соусе (С)	90	14,24	15,76	8,95	235,16	ТК№ 231ш/22	2022
	Каша гречневая	150	7,2	5,33	32,5	206,72	ТК№ 138ш/22	2022
	Напиток из плодов шиповника (Р)	200	0,66	0,27	25,83	120,92	ТК№ 213ш/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
Итого обед		766	31,01	30,92	105,68	838,94		
Итого за день:			45,2	53,53	189,57	1441,75		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова

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

16 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 рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 15								
Завтрак	Вареники из П/Ф промышленного производства с картофелем с маслом	200/6	8,3	16	47,63	373,5	ТК№ 47ш/22	2022
	Чай с молоком (С)	200	1,31	1,36	16,61	86,42	ТК№ 80с/22	2022
	Королевская ватрушка (Р)	50	6,1	8,29	19,62	177,58	ТК№ 420ш/24	2024
	Фрукты по сезону, яблоко	150	0,63	0,68	14,55	66,8	ТК№ 31ш/22	2022
Итого завтрак		606	16,34	26,33	98,41	704,3		
Обед	Салат из картофеля с зеленым горошком (Ог/Гр)	100	1,81	5,18	9,35	91,88	ТК№ 33ш/22	2022
	Свекольник с мясом и сметаной (И)	250/10/6	4,63	6,57	12,92	129,92	ТК№ 50ш/22	2022
	Говядина в кисло-сладком соусе (С)	100	15,82	17,51	9,94	261,27	ТК№ 231ш/22	2022
	Каша гречневая	180	8,64	6,39	39	248,07	ТК№ 138ш/22	2022
	Напиток из плодов шиповника (Р)	200	0,66	0,27	25,83	120,92	ТК№ 213ш/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	25	1,9	0,2	12,3	58,6	ТК№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,78	0,32	10,69	52,81	ТК№ 9/22	2022
Итого обед		898	35,24	36,44	120,03	963,47		
Итого за день:			51,58	62,77	218,44	1667,77		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова