

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

17 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 17								
Завтрак	Омлет натуральный (С)	150/5	15,88	21,44	2,45	268,74	ТК№ 142ш/22	2022
	Чай с сахаром и лимоном (Р)	200/7	0,25	0,06	14,79	60,66	ТК№ 94р/22	2022
	Батон пшеничный В/С	20	1,6	0,2	9,82	47,6	ТК№ 10/22	2022
	Бутерброды горячие с сыром (С)	50	5,74	8,69	14,36	158,77	ТК№ 207с/22	2022
	Фрукты по сезону, абрикосы	140	1,26	0,14	13,3	63	ТК№ 31ш/22	2022
Итого завтрак		572	24,73	30,53	54,72	598,77		
Обед	Салат из свежих огурцов (С)	70	0,51	6,96	1,59	71,92	ТК№ 324ш/22	2022
	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и сметаной (С)	200/10/6	4,14	5,97	8,16	103,45	ТК№ 146с/22	2022
	Куриные шарики в сливочном соусе (Р)	100	14,03	16,26	2,17	198,97	ТК№ 415ш/24	2024
	Картофель отварной (С)	150	2,97	4,12	23,53	143,09	ТК№ 185ш/22	2022
	Компот из смеси сухофруктов (И)	200	0,44	0	29,34	119,16	ТК№ 89ш/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		816	27,77	34,11	100,31	808,59		
Итого за день:			52,5	64,64	155,03	1407,36		

Мед работник _____ Г. О. Бегджанян

Зав. Производством _____ Н. Г. Сафиканова

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



17 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 к рецепту
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 17								
Завтрак	Омлет натуральный (С)	200/6	20,98	27,89	3,23	351,13	ТК№ 142ш/22	2022
	Чай с сахаром и лимоном (Р)	200/7	0,25	0,06	14,79	60,66	ТК№ 94р/22	2022
	Батон пшеничный В/С	30	2,4	0,3	14,73	71,4	ТК№ 10/22	2022
	Бутерброды горячие с сыром (С)	50	5,74	8,69	14,36	158,77	ТК№ 207с/22	2022
	Фрукты по сезону, абрикосы	150	1,35	0,15	14,25	67,5	ТК№ 31ш/22	2022
Итого завтрак		643	30,72	37,09	61,36	709,46		
Обед	Салат из свежих огурцов (С)	100	0,73	9,94	2,28	102,74	ТК№ 324ш/22	2022
	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и сметаной (С)	250/10/6	4,46	6,6	9,93	117,56	ТК№ 146с/22	2022
	Куриные шарики в сливочном соусе (Р)	120	16,83	19,54	2,63	239,12	ТК№ 415ш/24	2024
	Картофель отварной (С)	180	3,56	4,94	28,24	171,71	ТК№ 185ш/22	2022
	Компот из смеси сухофруктов (И)	200	0,44	0	29,34	119,16	ТК№ 89ш/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	50	3,8	0,4	24,6	117,2	ТК№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8	ТК№ 9/22	2022
Итого обед		966	33,12	42,02	116,82	965,29		
Итого за день:			63,84	79,11	178,18	1674,75		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова

Н. Г. Сафиканова