

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

М. А. Липовецкая

18 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 19								
Завтрак	Пудинг из творога запеченный, с молоком сгущенным (С)	135/15	21,42	14,19	43,75	388,42	ТК№ 219с/22	2022
	Чай с сахаром (С)	200	0,19	0,05	14,59	59,56	ТК№ 68с/22	2022
	Батон пшеничный В/С	30	2,4	0,3	14,73	71,4	ТК№ 10/22	2022
	Фрукты по сезону, яблоко	140	0,59	0,48	14,35	63,98	ТК№ 31ш/22	2022
Итого завтрак		520	24,6	15,02	87,42	583,36		
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов (С)	70	0,64	7	2,42	76,18	ТК№ 326ш/22	2022
	Суп картофельный с лапшой домашней и ку	200/10	4,58	5,15	15,66	124,93	ТК№ 24ш/22	2022
	Рыба, тушеная в томате с овощами (горбуца)	120	15,48	10,45	2,47	166,67	ТК№ 153ш/22	2022
	Пюре картофельное (С)	160	3,38	4,96	22,49	149,46	ТК№ 113с/22	2022
	Напиток ягодный (Р)	200	0,12	0,05	12,48	52,99	ТК№ 333ш/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		860	31,3	28,61	99,92	785,23		
Итого за день:			55,9	43,63	187,34	1368,59		

Мед работник

Г. О. Бегджаня

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова



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

18 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 19								
Завтрак	Пудинг из творога запеченный, с молоком сгущенным (С)	150/20	23,82	15,9	50,05	438,66	ТК№ 219с/22	2022
	Чай с сахаром (С)	200	0,19	0,05	14,59	59,56	ТК№ 68с/22	2022
	Батон пшеничный В/С	40	3,2	0,4	19,64	95,2	ТК№ 10/22	2022
	Фрукты по сезону, яблоко	150	0,63	0,51	15,38	68,55	ТК№ 31ш/22	2022
Итого завтрак		560	27,84	16,86	99,66	661,97		
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов (С)	100	0,91	10	3,46	108,81	ТК№ 326ш/22	2022
	Суп картофельный с лапшой домашней и ку	250/15	6,39	6,99	19,38	162,11	ТК№ 24ш/22	2022
	Рыба, тушеная в томате с овощами (горбуц	120	15,48	10,45	2,47	166,67	ТК№ 153ш/22	2022
	Пюре картофельное (С)	200	4,22	6,26	28,13	187,36	ТК№ 113с/22	2022
	Напиток ягодный (Р)	200	0,12	0,05	12,48	52,99	ТК№ 333ш/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
Итого обед		995	34,93	34,85	114,76	914,44		
Итого за день:		120	62,77	51,71	214,42	1576,41		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова