



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

20 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 20								
Завтрак	Каша полезная (пшенно-кукурузная) молочная жидкая (P)	180/5	3,75	5,53	21,16	152,33	TK№ 56p/22	2022
	Чай с молоком (C)	200	1,31	1,36	16,61	86,42	TK№ 80c/22	2022
	Батон пшеничный В/С	30	2,4	0,3	14,73	71,4	TK№ 10/22	2022
	Пирог шоколадный с ягодой (P)	100	5,59	5,27	38,21	224,94	TK№ 393ш/23	2023
	Йогурт 2,5 % жирности	115	3,91	2,88	6,33	66,82	TK№ 28/22	2022
<b>Итого завтрак</b>		<b>630</b>	<b>16,96</b>	<b>15,34</b>	<b>97,04</b>	<b>601,91</b>		
Обед	Салат "Степной" из разных овощей (C)	60	1,05	6,07	5,93	83,34	TK№ 111ш/22	2022
	Свекольник с мясом и сметаной (И)	200/10/6	4,27	5,95	10,59	113,51	TK№ 50ш/22	2022
	Оладьи из печени (C)	90	16,64	16,15	11,48	250,87	TK№ 58ш/22	2022
	Картофель и овощи, тушеные в сметанном соусе (C)	150	3,33	11,03	24,46	211,88	TK№ 227ш/22	2022
	Компот из апельсинов с витаминной смесью "Витошка" (P)	200	0,18	0,05	20,95	85,04	TK№ 87p/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
<b>Итого обед</b>		<b>766</b>	<b>29,02</b>	<b>39,75</b>	<b>95,61</b>	<b>852,14</b>		
<b>Итого за день:</b>			<b>45,98</b>	<b>55,09</b>	<b>192,65</b>	<b>1454,05</b>		

Мед работник  Г. О. Бегджанян

Зав. Производством  Н. Г. Сафиканова



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

20 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 рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 20								
Завтрак	Каша полезная (пшенно-кукурузная) молочная жидкая (Р)	200/6	6,24	7,6	33,25	231,21	ТК№ 56р/22	2022
	Чай с молоком (С)	200	1,31	1,36	16,61	86,42	ТК№ 80с/22	2022
	Батон пшеничный В/С	30	2,4	0,3	14,73	71,4	ТК№ 10/22	2022
	Пирог шоколадный с ягодой (Р)	100	5,59	5,27	38,21	224,94	ТК№ 393ш/23	2023
	Йогурт 2,5 % жирности	115	3,91	2,88	6,33	66,82	ТК№ 28/22	2022
<b>Итого завтрак</b>		<b>651</b>	<b>19,45</b>	<b>17,41</b>	<b>109,13</b>	<b>680,79</b>		
Обед	Салат "Степной" из разных овощей (С)	100	1,75	10,12	9,87	138,84	ТК№ 111ш/22	2022
	Свекольник с мясом и сметаной (И)	250/10/6	4,63	6,57	12,92	129,92	ТК№ 50ш/22	2022
	Оладьи из печени (С)	100	18,49	17,95	12,76	278,74	ТК№ 58ш/22	2022
	Картофель и овощи, тушеные в сметанном соусе (С)	150	3,33	11,03	24,46	211,88	ТК№ 227ш/22	2022
	Компот из апельсинов с витаминной смесью "Витошка" (Р)	200	0,18	0,05	20,95	85,04	ТК№ 87р/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	30	2,28	0,24	14,76	70,32	ТК№ 8/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	58,68	ТК№ 9/22	2022
<b>Итого обед</b>		<b>876</b>	<b>32,64</b>	<b>46,32</b>	<b>107,6</b>	<b>973,42</b>		
<b>Итого за день:</b>			<b>52,09</b>	<b>63,73</b>	<b>216,73</b>	<b>1654,21</b>		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова