

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

28 Июнь 2024 г



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 7 - 11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепт уры	Сборни к рецепт
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 3								
Завтрак	Сырники из творога с молоком сгущенным (Р)	135/20	26,32	19,03	39,01	433,07	ТК№ 61ш/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	25	2	0,25	12,28	59,5	ТК№ 10/22	2022
	Фрукты по сезону, абрикосы	130	1,11	0,14	11,62	52,2	ТК№ 31ш/22	2022
Итого завтрак		517	29,68	19,48	77,7	605,43		
Обед	Салат из свежих помидоров со сладким перцем (С)	70	0,72	7,01	2,54	77,04	ТК№ 327ш/22	2022
	Уха с горбушей, картофелем и пшеном (Р)	200/15	7,33	3,5	14,78	119,99	ТК№ 355ш/22	2022
	Котлеты рубленые домашние (С)	100	15,31	14,17	16,22	250,29	ТК№ 82ш/22	2022
	Капуста тушеная (И)	150	3,25	4,98	9,07	94,65	ТК№ 60ш/22	2022
	Напиток витаминизированный "Витошка"	200	0	0	21,64	87,01	ТК№ 37ш/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		815	32,29	30,46	99,77	800,98		
Итого за день:			61,97	49,94	177,47	1406,41		

Мед работник



Г. О. Бегджанян

Зав. Производством



Н. Г. Сафиканова

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

М. А. Липовецкая

28 Июнь 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 3								
Завтрак	Сырники из творога с молоком сгущенным (Р)	150/25	29,09	21,14	44,43	484,92	ТК№ 61ш/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	40	3,2	0,4	19,64	95,2	ТК№ 10/22	2022
	Фрукты по сезону, абрикосы	150	1,28	0,17	13,41	60,23	ТК№ 31ш/22	2022
Итого завтрак		572	33,82	21,77	92,27	701,01		
Обед	Салат из свежих помидоров со сладким перцем (С)	100	1,03	10,01	3,63	110,06	ТК№ 327ш/22	2022
	Уха с горбушей, картофелем и пшеном (Р)	250/15	7,82	3,96	18,2	139,75	ТК№ 355ш/22	2022
	Котлеты рубленые домашние (С)	100	15,31	14,17	16,22	250,29	ТК№ 82ш/22	2022
	Капуста тушеная (И)	180	3,9	5,98	10,89	113,61	ТК№ 60ш/22	2022
	Напиток витаминизированный "Витошка"	200	0	0	21,64	87,01	ТК№ 37ш/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		955	35,87	35,22	119,42	937,22		
Итого за день:			69,69	56,99	211,69	1638,2		

Мед работник

Г. О. Бегджанян

Зав. Производством

Н. Г. Сафиканова