

Согласовано
Начальник лагеря
_____ Тихонова С.А.

Утверждаю
МБОУ «Пужмезьская ООШ»
Директор _____ Жигалова М.А.

№	Прием пищи,	Масса	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
рецептуры	Наименование блюда	порции	Белки	Жиры	Углеводы	ценность
		Дети	Дети	Дети	Дети	Дети
	День №6 - завтрак:	7-11лет	7-11лет	7-11лет	7-11лет	7-11лет
124	Каша манная молочная жидкая	180	2,9	4,2	14,5	104,8
261	чай	200	0,2	0,0	14	56,8
	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	19,4	95,2
	Йогурт (штучный)	120	3,48	4,20	13,56	105,6
	Фрукт (Груша)	150	0,4	0,3	9,5	42
	Итого :	700	10,0	9,0	71,0	404,4
	День № 6 - обед:					
ткк	Овощи свежие в ассортименте	100	0,64	0,08	2,08	11,2
41	Щи из свежей капусты	250	1,6	3,44	8	70,4
97	Макароны отварные с маслом	180	5,3	6,15	35,25	220,5
29/8 Е	Рулет из говядины с яйцом	100	30,24	36	9,82	484
	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	19,4	95,2
	Хлеб украинский новый подовый	25	2	0,4	18,4	88
	Сок	200	0,6	0	27,6	108
	Итого:	905	43,4	46,4	120,6	1077,3
	Итого за смену:	1605	53,4	55,4	191,5	1481,7