

Согласовано

Начальник лагеря

Тихонова С.А.

Утверждаю

МБОУ «Пужмезьская ООШ»

Директор Жигалова М.А.

№ рецептуры	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
		Дети	Дети	Дети	Дети	Дети
	День №9 - завтрак:	7-11лет	7-11лет	7-11лет	7-11лет	7-11лет
122	Каша гречневая вязкая на молоке	200	6,0	9,4	31	232,6
261	чай	200	0,2	0,0	14	56,8
	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	19,4	95,2
	Фрукт (Яблоко)	150	0,4	0,2	9,8	45
	Итого :	600	9,6	9,9	74,2	429,6
	День №9 - обед:					
тгк	Овощи свежие в ассортименте	100	0,64	0,08	2,08	11,2
47	Суп картофельный с бобовыми	200	6,2	5,6	22,3	164,4
92	Картофельное пюре	180	3,78	8,1	26,28	196,2
65	Бифштекс рубленый школьный	100	20,9	15,9	5,8	249,9
	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	19,4	95,2
	Хлеб украинский новый подовый	25	2	0,4	18,4	88
153	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	128,00
	Сок	200	0,6	0	27,6	108
	Йогурт (штучный)	120	3,48	4,20	13,56	105,6
	Итого:	1175	41,2	34,6	166,8	1146,5
	Итого за смену:	1775	50,9	44,5	241,0	1576,1