

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 №11 - завтрак:	7-11лет	7-11лет	7-11лет	7-11лет	7-11лет
127	Каша пшенная молочная жидкая	180	5,25	6,9	25,05	180
	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66
	Чай с лимоном	200	0,3	0	15,2	60
	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	19,4	95,2
	Фрукт (Яблоко)	150	0,4	0,2	9,8	45
	Итого :	590	9,1	14,6	69,6	446,2
	День №11 - обед:					
1	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,1	3	79
39	Борщ с капустой и картофелем	250	2	5,3	13,1	106
тгк	Запеканка картофельная с говядиной	240	25,53	24,78	18,4	400,8
	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
	Йогурт (штучный)	120	3,48	4,20	13,56	105,6
	Итого:	985	37,3	42,1	113,5	982,6
	Итого за смену:	1575	46,3	56,7	183,0	1428,8