

Согласовано

Начальник лагеря

 Тихонова С.А.

Директор



Утверждаю

МБОУ «Пужмезьская ООШ»

Жигалова М.А.

№ рецептуры	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
		Дети	Дети	Дети	Дети	Дети
	День №2 - завтрак:	7-11лет	7-11лет	7-11лет	7-11лет	7-11лет
119	Каша "Дружба"	180	5,94	7,74	35,64	232,4
3	Бутерброд с сыром	50	5,88	8,85	14,53	156,08
148	Кофейный напиток	200	2,7	2,8	22,4	125,6
	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	19,4	95,2
	Фрукт (Яблоко)	100	0,4	0,2	9,8	45
	Итого :	580	17,96	19,91	101,77	654,28
	День №2 - обед:					
2	Салат из свежих помидоров	100	1,1	5	4,7	62,9
39	Борщ с капустой и картофелем	250	6,52	10,4	13,9	218,88
92	Картофельное пюре	180	3,78	8,1	26,28	193,14
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	2	0,46	49,71	210,47
	Йогурт (штучный)	120	3,48	4,20	13,56	105,6
	Итого:	1025	52,16	64,88	155,77	1458,19
	Итого за смену:	1605	70,1	84,8	257,5	2112,5