

Согласовано

Начальник лагеря



Тихонова С.А.

Утверждаю

МБОУ «Пужмезьская ООШ»

Директор м

Жигалова М.А.



№ рецептуры	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции Дети	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность Дети
			Белки Дети	Жиры Дети	Углеводы Дети	Энергетическая ценность Дети	
	День № 7 - завтрак:	7-11лет	7-11лет	7-11лет	7-11лет	7-11лет	
124	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	180	5,58	8,64	23,94	195,84	
261	чай	200	0,2	0,0	14	56,8	
3	Бутерброд с сыром	50	4,73	6,88	14,56	139,08	
	Фрукт (Груша)	150	0,4	0,3	9,5	42	
	Итого :	580	10,9	15,8	62,0	433,7	
	День № 7 - обед:						
2	Салат из свежих помидоров	100	1,1	5	4,7	62,9	
44	Агырчи шыд	250	7,9	7,5	16,5	151,9	
101	Овощи в молочном соусе	180	3,5	3,6	13,95	102	
71	Котлета ласточкино гнездо	100	14,12	19,5	1,7	238,4	
	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	32,3	36,3	102,3	846,4	
	Итого за смену:	1485	43,2	52,1	164,3	1280,1	