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 №8 - завтрак:	**7-11лет**	**7-11лет**	**7-11лет**	**7-11лет**	**7-11лет**
135	Плов вегетарианский	200	5,4	4,2	72,8	331,6
3	Бутерброд с сыром	50	4,73	6,88	14,56	139,08
148	Кофейный напиток	200	2,7	2,8	22,4	125,6
	Фрукт (Яблоко)	150	0,4	0,2	9,8	45
	Итого :	**600**	**13,2**	**14,1**	**119,6**	**641,3**
	День №8 - обед:					
1	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,1	3	79
48	Суп крестьянский с крупой	250	2,6	5,3	14,3	116
196 з	Капуста, тушеная с мясом	200	9	7,5	7,6	255
	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:	**945**	**21,32**	**24,82**	**103,86**	**846,8**
	Итого за смену:	**1545**	**34,6**	**38,9**	**223,4**	**1488,1**