



Утверждаю
Начальник лагеря
Н.Р.Мустафина

Школа	МБОУ Междуреченская СОШ летний лагерь "Дети Югры"			6-11 лет		День			06.06.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	107	Каша манная молочная с маслом	205	16,83	254,55	6,3	11,21	31,9
	сладкое	508	Какао с молоком	200	16,90	144	3,6	3,3	25
	хлеб бел.	114	Хлеб пшеничный	40	2,40	94	0,1	0,3	20
		100	Сыр	15	13,02	34,3	2,56	2,61	0
			Кондитерское изделие(Зефир)	50	14,95	170	0,5	0	85
		112	Фрукт	120	28,31	43	0,9	0,2	8,1
		537	Сок фруктовый	200	25,00	92	1	0,2	0,2
			Итого за завтрак:	855	117,62	831,85	14,96	17,82	170,20
Обед	закуска	из свежи	Салат	80	21,28	51,2	0,7	4,1	2,9
	1 блюдо	152/363	Суп картофельный с макаронными изделиями	200/12,5	21,01	124,36	5,56	4,705	15,06
	2 блюдо	180/373	Гуляш из отварной говядины	50/50	57,61	212,1	14,7	15,7	3
	гарнир	243	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,30	253	8,55	7,8	37
	напиток	518	Кисель из клюквы	200	16,34	87	0,2	0,1	21,5
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	40	2,40	94	3,04	0,32	94
	хлеб черн.	116	хлеб ржано- пшеничный	40	2,68	72	3	1	14
		566	Булочка	50	22,50	142	5	1	28
	напиток	537	Сок фруктовый	200	25,00	92	1	0,2	0,2
				Итого за обед:	1122,5	182,12	1128,06	41,15	34,525
			Итого:	1977,5	299,74	1959,91	56,11	52,35	385,96

Зав. столовой  Н.В.Анварова