



Утверждаю:
Начальник лагеря
Н.Р.Мустафина

Школа	МБОУ Междуреченская СОШ летний лагерь "Дети Югры"			6-11 лет		День			07.06.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	270	Каша молочная пшеничная с маслом	205	17,10	243	7,44	7,48	36,5
		537	Оладьи со сгущенным молоком	120/20	14,64	356	9,52	7,68	57,44
	сладкое	504	Чай с сахаром с лимоном	200/7/15	3,83	61	0,1	0	15,2
	хлеб бел.	114	Хлеб пшеничный	40	2,40	94	0,1	0,3	20
		112	Фрукт	255	35,57	43	0,9	0,2	8,1
			Кондитерское изделие(шоколад г)	80	79,92	168	1,5	0,15	37,5
		537	Сок фруктовый	200	25,00	92	1	0,2	0,2
			Итого за завтрак:	985	178,46	1057,00	20,56	16,01	174,94
Обед	закуска	5	Салат из свежих помидоров с перцем	80	26,21	87,2	0,8	8,08	2,72
			Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/35	35,28	150,09	8,8	7,4	12,06
	1 блюдо	154/175							
	2 блюдо	400/462	Сосиска отварная с соусом томатным	80/50	43,63	221,7	8,9	18,5	3,96
	гарнир	297	Макаронные изделия отварные	150	9,22	195,4	5,7	6,2	29
	напиток	537	Сок фруктовый	200	18,00	92	1	0,2	0,2
	хлеб бел.	114	Хлеб пшеничный	40	2,40	94	3,04	0,32	94
	хлеб черн.	116	хлеб ржано- пшеничный	40	2,68	72	3	1	14
		537	Сок фруктовый	200	25,00	92	1	0,2	0,2
			Кондитерское изделие(Печенье 100г)	100	24,10	420	80	11	71
			Итого за обед:	1175	186,52	1424,79	111,84	52,4	227,14
			Итого:	2160	364,98	2481,79	132,40	68,41	402,08

Зав. столовой Риски Н.В.Анварова