



Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп. \_\_\_\_\_ Понедельник 1-я нед. День 14.07.2025г.

| Прием пищи         | Раздел      | № рец.  | Блюдо                                                             | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|--------------------|-------------|---------|-------------------------------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак            | гор.блюдо   | 211     | Омлет с сыром                                                     | 1/170/20 | 28,86  | 440,14       | 22,70 | 29,40 | 3,23     |
|                    | гарнир      | 73      | Икра кабачковая из свежих овощей                                  | 1/100    | 9,33   | 133,80       | 2,73  | 7,19  | 14,50    |
|                    | гор.напиток | 377     | Чай с лимоном*                                                    | 1/200/7  | 3,20   | 60,00        | 0,07  | 0,02  | 15,00    |
|                    | хлеб бел.   |         | Хлеб Пшеничный                                                    | 1/50     | 1,59   | 116,90       | 3,95  | 0,50  | 24,15    |
|                    | хлеб чёрн.  |         | Хлеб Ржаной                                                       | 1/50     | 1,68   | 129,00       | 4,25  | 1,65  | 21,25    |
| ИТОГО:             |             |         |                                                                   | 597      | 44,66  | 879,84       | 33,70 | 38,76 | 78,13    |
| Обед               | закуска     | 71      | Овощи натуральные свежие (огурцы)                                 | 1/80     | 10,00  | 5,00         | 0,40  | 0,05  | 0,85     |
|                    | 1 блюдо     | 103     | Суп картофельный с макаронными изделиями                          | 1/250    | 12,10  | 109,00       | 2,57  | 2,78  | 15,69    |
|                    | 2 блюдо     | 290/331 | Птица, тушеная в соусе сметанно-томатный                          | 1/100/75 | 48,25  | 210,07       | 12,25 | 14,22 | 3,24     |
|                    | гарнир      | 305     | Рис припущенный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%           | 1/194/7  | 18,38  | 266,60       | 4,85  | 5,73  | 48,90    |
|                    | напиток     | 349     | Компот из смеси сухофруктов                                       | 1/200    | 6,00   | 132,80       | 0,66  | 0,09  | 32,01    |
|                    | хлеб бел.   |         | Хлеб Пшеничный                                                    | 1/50     | 2,59   | 116,90       | 3,95  | 0,50  | 24,15    |
|                    | хлеб черн.  |         | Хлеб Ржаной                                                       | 1/50     | 2,68   | 129,00       | 4,25  | 1,65  | 21,25    |
| ИТОГО:             |             |         |                                                                   | 1006     | 100,00 | 969,37       | 28,93 | 25,02 | 146,09   |
| Полдник            | сладости    | 415     | Крендель сахарный                                                 | 1/100    | 16,00  | 370,00       | 7,08  | 13,14 | 55,74    |
|                    | фрукты      | 338     | Фрукты свежие(яблоко) калиброванные                               | 1/150    | 15,00  | 60,45        | 0,60  | 0,60  | 13,35    |
|                    | напиток     |         | Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.) | 1/200    | 30,00  | 83,40        | 0,10  | 0,20  | 19,60    |
| ИТОГО:             |             |         |                                                                   | 450      | 61,00  | 513,85       | 7,78  | 13,94 | 88,69    |
| ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК: |             |         |                                                                   | 2053     | 205,66 | 2363,06      | 70,41 | 77,72 | 312,91   |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

*И.И. Коздра*

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

