

Согласовано: Начальник летнего лагеря
МБОУ «Кузьминская СОШ»
Шмырина Е.А. *Шмырина*

Возрастная категория: 7-11 лет

День: среда.

Директор школы

Утверждаю:
МБОУ «Кузьминская СОШ»

Сабурова Е.С.

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Суп молочный с макаронными изделиями	250	10,50	8,52	21,55	211,50
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	8,55	14,62	145,00
пп	Фрукт свежий (апельсин)	150	4,20	4,05	17,25	112,20
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
261/2013г	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		690	21,20	21,52	92,17	643,50
			25	25	25	25
ОБЕД						
ттк	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	60	1,35	5,03	2,10	73,50
47/2008г	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	2,88	19,44	149,12
ттк	Жаркое по домашнему из говядины	240	16,59	18,57	74,36	489,88
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,9	47,20
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,78	42,38
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ОБЕД:		740	29,63	30,66	127,67	903,96
			35	35	35	35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			50,83	52,18	219,84	1547,46

60 60 60 60