

Согласовано: Начальник летнего лагеря

МБОУ «Кузьминская СОШ»

Шмырина Е.А. *Шмырина*

Возрастная категория: 7-11 лет

День: среда.

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
128/2008г	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6,00	9	38,00	270
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	55	3,37	12,31	14,60	172,19
	Помидоры свежие порционно	100	7,90	0,20	0,50	35,40
	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:		605	21,32	21,91	91,85	652,39
			25	25	25	25
ОБЕД						
65/2013г	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,30	4,56	16,80	113,36
ткк	Плов из говядины	240	16,56	19,20	49,11	437,49
ПП	Йогурт	100	2,80	6,00	4,20	94,00
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,24	14,85	70,80
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	13,17	63,57
153/2008г	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,0	31,40	128,0
ИТОГО ЗА ОБЕД:		800	29,55	30,33	129,53	907,22
			34,9	35	35	35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			50,86	52,24	221,39	1559,6125

60 60 60 60

Утверждаю:

МБОУ «Кузьминская СОШ»

Директор школы

Сабурова Е.С.

