



Утверждаю:
 Директор школы: *В.А. Васильев*
 МБОУ «Александровская»
 «ОШ»

Согласовано нач. лагеря: *Н.Н. Золотарева*
 Н.Н. Золотарева

Возрастная категория: 12-18 лет

13.06.2024

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
тгк	Каша рисовая вязкая с маслом	200	5,19	5,88	33,47	267,69
тгк	Бутерброд с сыром	50	5,88	8,85	14,53	156,08
пп	Фрукт свежий (банан)	120	1,80	3,00	13,20	65,40
	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
146/2008г	Чай с лимоном	200	0,30	0,0	15,20	62,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		620	17,02	18,13	101,15	669,17
			17	18	24	22
ОБЕД						
104/2017	Суп с мясными фрикадельками	250	4,2	10,78	17,38	127
тгк	Каша пшенная без молока	200	5,70	6,48	32,60	211,52
тгк	Котлета, рубленая из мяса кур	100	14,98	16,65	10,02	262,30
141/2008г	Соус томатный	30	0,78	2,88	2,82	40,32
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,55	21,95	105,95
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ОБЕД:		890	37,45	41,62	127,562	990,57
			38	41	30	33
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			54,47	59,75	228,71	1659,74

55 59 54 55

Утверждаю:
 Директор школы: *В.А. Васильев*

Согласовано нач. лагеря: *Н.Н. Золотарева*



Возрастная категория: 7-11 лет

13.06.2024

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Каша рисовая вязкая с маслом	200	5,19	5,88	33,47	267,69
ттк	Бутерброд с сыром	50	5,88	8,85	14,53	156,08
пп	Фрукт свежий (банан)	100	1,50	2,50	11,00	54,50
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
146/2008г	Чай с лимоном	200	0,30	0,0	15,20	62,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		590	15,95	17,55	94,00	634,67
			19	20	26	25
ОБЕД						
104/2017	Суп с мясными фрикадельками	200	3,36	8,624	13,904	101,6
ттк	Каша пшенная без молока	180	5,13	5,83	29,34	190,37
ттк	Котлета, рубленая из мяса кур	90	13,48	10,49	9,02	236,07
141/2008г	Соус томатный	30	0,78	2,88	2,82	40,32
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ОБЕД:		780	32,34	32,38	105,534	849,40
			38	37	29	33
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			48,29	49,93	199,53	1484,07

57 57 54 57