




Согласовано нач. лаг. : Ры Директор школы Васильев Н.Н. Золотарева
 Александровская СОШ



Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ткк	Каша рисовая вязкая с маслом	150	3,89	4,41	25,10	200,77
ткк	Бутерброд с сыром	50	5,88	8,85	14,53	156,08
пп	Фрукт свежий (груша)	100	2,73	0,63	17,30	72,17
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,24	14,85	70,80
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		530	18,69	17,9333	84,87	601,70
			22	21	23	23
ОБЕД						
60/2013г	Рассольник ленинградский	250	2,93	5,13	24,85	157,23
92/2008г	Картофельное пюре	200	4,20	9,00	29,20	214,60
ткк	Зразы из говядины с яйцом	90	18,75	15,39	33,03	345,62
ПП	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,24	14,85	70,80
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,78	42,38
261/2013г	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ОБЕД:		790	29,702	29,975	124,71	887,423
			35	34	34	34
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			48,39	47,91	209,58	1489,12

Согласовано нач. лагеря:  Н.Н. Золотарева
 Утверждаю:  В.А. Васильев
 Директор школы:  В.А. Васильев



Возрастная категория: 12-18лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
128/2008г	Каша рисовая вязкая с маслом	150	3,89	4,41	25,10	200,77
ттк	Бутерброд с сыром	50	5,88	8,85	14,53	156,08
пп	Фрукт свежий (яблоко)	100	2,40	0,40	9,80	44,40
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		560	20,66	17,94	92,22	644,73
			21	18	22	22
ОБЕД						
60/2013г	Рассольник ленинградский	250	2,93	5,13	24,85	157,23
92/2008г	Картофельное пюре	200	4,20	9,00	29,20	214,60
ттк	Зразы из говядины с яйцом	90	18,75	15,39	33,03	345,62
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76
261/2013г	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ОБЕД:		820	31,792	30,275	138,44	953,403
			32	30	33	32
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			52,45	48,22	230,66	1598,133

53 48 55 53