

СОГЛАСОВАНО

Начальник летнего лагеря

МБОУ "Чепецкая СОШ"

Бутолина Р.Н.



Утверждаю:

И.о директора

МБОУ "Чепецкая СОШ"

Есенева И.В.

Школа

МБОУ "Чепецкая СОШ"

Отд./корп

лагерь

12 День

14.06.2025

Возрастная категория: 7-11 лет

День: суббота

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Каша гречневая вязкая	200	7,73	12,25	26,65	297,24
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
пп	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
пп	Фрукт свежий (апельсин)	180	5,04	4,86	20,70	96,84
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		640	20,85	21,37	90,34	635,92
			25	25	25	25
ОБЕД						
ттк	Салат "Зимний"	60	2,1	2,96	1,44	39,02
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,15	8,8125	3,5625	162
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	30	1,98	0,33	13,17	63,57
153/2008г	Компот из сухофруктов	180	0,54	0,0	28,26	115,2
ИТОГО ЗА ОБЕД:		780	29,90	30,84	130,69	916,87
			35	35	35	35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			50,75	52,21	221,03	1552,79

СОГЛАСОВАНО

Начальник летнего лагеря

МБОУ "Чепецкая СОШ"

Бутолина Р.Н.



Утверждаю:

И.о директора

МБОУ "Чепецкая СОШ"

Есенева И.В.

Школа

МБОУ "Чепецкая СОШ"

Отд./корп

лагерь

12 День

14.06.2025

Возрастная категория: 12-18лет

День: суббота

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
тгк	Каша гречневая вязкая	250	10,65	15,32	38,32	399,88
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
пп	Фрукт свежий (апельсин)	200	5,60	5,40	23,00	107,60
148/2008г	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		710	24,33	24,97	104,30	749,32
			25	25	25	25
ОБЕД						
	Салат "Зимний"	100	3,5	4,93	2,40	81,70
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,15	9,375	12,5	164,5
тгк	Жаркое по домашнему из говядины	250	15,87	19,67	57,89	439,64
	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,55	21,95	105,95
153/2008г	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,0	31,40	128,0
ИТОГО ЗА ОБЕД:		900	34,27	34,93	150,89	1037,79
			35	35	35	35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			58,60	59,90	255,19	1787,11