



Утверждаю
Начальник лагеря
Н.Р. Мустафина

"01" мая 2023г.

Школа	МБОУ Междуреченская СОШ летний лагерь "Дети Югры"		6-11 лет		День 02.06.2023					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	267	каша молочная рисовая с маслом	200/5	18,73	283,6	5,54	8,62	32,4	
	сладкое	501	Какао с молоком	200	16,91	144	3,6	3,3	25	
	хлеб бел.	114	Хлеб пшеничный	40	2,40	94	3	0,3	20	
		112	Фрукт	120	27,94	70,5	0,6	0,6	14,7	
			Кондитерское изделие(шоколад)	90	82,98	168	1,5	0,15	37,5	
		537	Сок фруктовый	200	25,00	92	1	0,2	0,2	
				Итого за завтрак:	650	173,96	852,10	15,24	13,17	129,80
Обед	закуска	20	Салат из свежих огурцов	80	12,36	81,6	0,56	8,08	1,6	
	1 блюдо	133/363/	Суп картофельный с рыбой	200	34,64	114,8	7,88	3,86	12,12	
	2 блюдо	400/462	Жаркое по - домашнему	160/40	60,52	342,5	18,2	17	28,9	
	гарнир									
	напиток	537	Напиток из брусники	200	12,81	84,7	0,11	0	21,07	
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	40	2,40	94	3,04	0,32	94	
	хлеб черн.	116	хлеб ржано- пшеничный	40	2,80	72	3	1	14	
		590	Кондитерское изделие (пряник)	50	10,10	102	1	2	21	
	напиток	537	Сок фруктовый	200	25,00	92	1	0,2	0,2	
			Итого за обед:	810	160,63	983,9	34,49	31,46	192,89	
			Итого:	1460	334,59	1836,00	49,73	44,63	322,69	

Зав. столовой *Риб* Н.В. Анварова