

Составлено  
и.о. директора  
Иванов И.И. И.И.

8.08.2024

Утверждено  
Начальник лагеря  
И.И. Маринин И.И.

| Наименование блюда       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |           |           | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | № рец. | цена рубли |
|--------------------------|--------------|----------------------|-----------|-----------|--------------------------------------|--------|------------|
|                          |              | Б                    | Ж         | У         |                                      |        |            |
| День 4/неделя 1: Четверг | 12-18 лет    | 12-18 лет            | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет                            |        |            |

**Завтрак**

|                                                   |            |              |              |              |               |               |    |
|---------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----|
| Каша молочная гречневая жидкая с маслом и сахаром | 260        | 10,75        | 8,5          | 37           | 267,5         | 54-20к/2022 н | 20 |
| Печенье топленое молоко                           | 40         | 5,2          | 6            | 12,3         | 124           | п.т           | 20 |
| Масло порциями                                    | 10         | 0,1          | 7,25         | 0,14         | 66,1          | 14/2017м      | 15 |
| Чай с сахаром                                     | 200        | 0,2          | 0            | 10,38        | 42,32         | 54-2гн/2022н  | 6  |
| Хлеб пшеничный йодированный                       | 50         | 3,5          | 0,5          | 24,15        | 116,9         | 701/2010м     | 3  |
| <b>Итого за завтрак</b>                           | <b>560</b> | <b>19,75</b> | <b>22,25</b> | <b>83,97</b> | <b>616,82</b> |               |    |

**Обед**

|                                       |                |              |              |               |                |              |               |
|---------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|
| Овощи по сезону нарезке (огурец)      | 100            | 0,8          | 0,2          | 2,5           | 15             | 54-2з/2022н  | 15,12         |
| Щи из свежей капусты с картофелем     | 250            | 3,27         | 4,95         | 8,65          | 93,00          | 54-1с/2022н  | 16            |
| Котлета рыбная из п/ф с соусом 100/20 | 120            | 12,3         | 8,9          | 6,9           | 156,9          | 3с/2022н     | 35            |
| Горошница                             | 180            | 10,64        | 4,47         | 40,55         | 244,80         | 54-21г/2022н | 15            |
| Компот из изюма                       | 200            | 0,40         | 0,10         | 18,40         | 75,80          | 54-4хн/2022н | 10            |
| Хлеб пшеничный йодированный           | 40             | 3,16         | 0,4          | 19,32         | 93,52          | 701/2010м    | 3             |
| Хлеб ржано-пшеничный йодированный     | 40             | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 702/2010м    | 3             |
| <b>Итого за Обед</b>                  | <b>930</b>     | <b>32,81</b> | <b>19,46</b> | <b>116,08</b> | <b>770,98</b>  |              | <b>161,12</b> |
| <b>Всего за Четверг</b>               | <b>1490,00</b> | <b>52,56</b> | <b>41,71</b> | <b>200,05</b> | <b>1387,80</b> |              |               |