

Утверждаю
И.о. директора МОБУ «СОШ №14»
Ф.А. Салаватова

(лист 5)

Неде

ля: 1

День: пятница

Рацион: Лагерь 7-11

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю да	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценност ь	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак1	Масло сливочное	10		8		75	401
	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба"	150	6	8	29	209	4 001
	Хлеб пшеничный	40	3	1	18	91	420
	Фрукт	100			9	43	37
	Чай с молоком	200	3	3	18	113	134,01
	Итого за Завтрак1			12	20	74	531
Обед	Огурцы свежие	60			2	8	1 044
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	3	4	7	83	2 014,05
	Каша гречневая рассыпчатая	150	6	5	26	172	8 001
	Биточки п/ф	70	14	15	11	238	7 066,03
	Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь косточковых плодов)	200	1		26	92	10 010
	Хлеб ржаной	80	5	1	32	158	421
	Итого за Обед			29	25	104	751
Итого за день			41	45	178	1282	