

Оздоровительный лагерь "Солнышко"

Возрастная категория с 7-11 лет

Утверждаю Директор МОУ "Ульканская
средняя общеобразовательная школа №2

Е.П.Русанова

День

13.06.2025

Школа Ульканская СОШ №2

Отд./корп 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность в ккал	Пищевые вещества г.			Цена		
				Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7			
ЗАВТРАК									
№ 173	Каша вязкая молочная из пшениной крупы	195/5	270,16	7,15	11,16	35,28	18,75		
№ 377	Чай с лимоном и с сахаром	178/15/7	67,62	0,14	0,02	16,72	5,35		
№ 14	Масло сливочное	10	72,74	0,09	7,98	0,14	14		
№ 15	Сыр порциями	15	59,06	3,83	4,86	0	19,95		
Пром. вып	Яблоки свежие	100	48,84	0,44	0,44	10,78	36,5		
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57	5		
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35	3		
	ИТОГО за завтрак:	595	684,59	17,45	25,27	96,84	102,55		
ОБЕД									
Пром. вып	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	12,43	0,77	0,11	2,09	14,7		
№ 83	Борщ с картофелем	250	124,51	3,32	5,79	14,78	31,05		
№ 304	Рис отварной	150	230,67	4,02	5,91	40,35	16,89		
№ 234	Котлеты или биточки рыбные с маслом	100/10	280,61	14,3	17,01	17,58	53,6		
№342	Компот из вишни	200	125,18	0,44	0,22	30,36	10,21		
Пром. вып	Шоколад "Алёнка"	15	91,12	1,6	5,73	8,31	30		
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57	5		
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,4	11,02	3		
Пром. вып	Сок виноградный	200	88	0	0	22	35		
	ИТОГО за обед	890	1137,55	30,98	35,72	173,06	199,45		
	Итого:		1822,14	48,43	60,99	269,9	302		

Начальник лагеря : Кузьмина Ю.П.

Шеф повар: Онищенко Д.С.

Повар: Бровкина Т.П.