

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Профессионал-1»



И.А.Бессольцын

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ
Большешвординская СОШ



Ю.Л. Пономарев

**Меню приготавливаемых блюд
для организации питания учащихся 7-11, 12 и старше лет
в пришкольном лагере (весна-лето)**

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------

Завтрак лагерь

150	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом	200	Калорийность-119, Белки-2, Углеводы-29	13-13
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с лимоном сп	71,01	Калорийность-82, Углеводы-21	3-72

Итого за Завтрак лагерь

Калорийность-271, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-64

Обед лагерь

60	Салат из свежих помидоров и огурцов	3	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	12-73
200	Рассольник ленинградский	102,01	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	17-58
200	Жаркое по-домашнему	7 010,02	Калорийность-376, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-47	42-30
200	Сок фруктовый	268	Калорийность-85, Белки-1, Углеводы-20	20-00
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
95	Йогурт 95 гр	13 024		33-34

Итого за день

Калорийность-1 044, Белки-34, Жиры-32, Углеводы-172

150-00**КЦСОН**

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------------

Завтрак лагерь

150	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом	200	Калорийность-119, Белки-2, Углеводы-29	13-13
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с лимоном сп	71,01	Калорийность-82, Углеводы-21	3-72

Итого за Завтрак лагерь

Калорийность-271, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-64

Обед лагерь

60	Салат из свежих помидоров и огурцов	3	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	12-73
200	Рассольник ленинградский	102,01	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	17-58
200	Жаркое по-домашнему	7 010,02	Калорийность-376, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-47	42-30
200	Сок фруктовый	268	Калорийность-85, Белки-1, Углеводы-20	20-00
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
95	Йогурт 95 гр	13 024		33-34
200	Сок фруктовый	ПП		30-00

Итого за день

Калорийность-1 044, Белки-34, Жиры-32, Углеводы-172

180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------

Завтрак лагерь

150	Каша вязкая молочная "Дружба"	4 001	Калорийность-253, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-48	17-78
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Кофейный напиток	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86

Итого за Завтрак лагерь

Калорийность-417, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-77

Обед лагерь

60	Салат Картофельный	3	Калорийность-108, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-5	7-44
200	Щи из свежей капусты с картофелем	41	Калорийность-123, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-8	17-02
150	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	252	Калорийность-122, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-23	7-53
50/50	Гуляш из курицы	437,01	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	41-43
200	Компот из яблок сп	304,01	Калорийность-109, Углеводы-28	6-96
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Апельсин	11 001	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	31-78

Итого за день

Калорийность-1 519, Белки-44, Жиры-54, Углеводы-229

150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------------

Завтрак лагерь

150	Каша вязкая молочная	4 001	Калорийность-253, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-48	17-78
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Кофейный напиток	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86

Итого за Завтрак лагерь

Калорийность-417, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-77

Обед лагерь

60	Салат Картофельный	3	Калорийность-108, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-5	7-44
200	Щи из свежей капусты с картофелем	41	Калорийность-123, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-8	17-02
150	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	252	Калорийность-122, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-23	7-53
50/50	Гуляш из курицы	437,01	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	41-43
200	Компот из яблок сп	304,01	Калорийность-109, Углеводы-28	6-96
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Апельсин	11 001	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	31-78
200	сок фруктовый	ПП		30-00

Итого за день

Калорийность-1 519, Белки-44, Жиры-54, Углеводы-229

180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------

Завтрак лагерь

150	Каша рисовая молочная жидкая	27	Калорийность-171, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	18-53
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с лимоном сп	71,01	Калорийность-82, Углеводы-21	3-72

Итого за Завтрак лагерь

Калорийность-323, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-61

Обед лагерь

60	Огурцы свежие резанные порционно	14	Калорийность-6, Углеводы-1	14-12
200	Суп Агрырчишюд	59	Калорийность-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-11	17-12
150	Макаронные изделия отварные	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	9-53
90	Котлета по-Хлыновски свинина с соусом	454,01	Калорийность-203, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7	39-81
200	Напиток из шиповника с/п	267,01	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-19	5-93
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Груши	248,2	Калорийность-46, Углеводы-10	34-04

Итого за день

Калорийность-1 139, Белки-38, Жиры-32, Углеводы-174

150-00**КЦСОН**

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------------

Завтрак лагерь

150	Каша рисовая молочная	27	Калорийность-171, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	18-53
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с лимоном сп	71,01	Калорийность-82, Углеводы-21	3-72

Итого за Завтрак лагерь

Калорийность-323, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-61

Обед лагерь

60	Огурцы свежие резанные	14	Калорийность-6, Углеводы-1	14-12
200	Суп Агрырчишюд	59	Калорийность-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-11	17-12
150	Макаронные изделия	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	9-53
90	Котлета по-Хлыновски	454,01	Калорийность-203, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7	39-81
200	Напиток из шиповника с/п	267,01	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-19	5-93
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Сок фруктовый	ПП		30-00
100	Груши	248,2	Калорийность-46, Углеводы-10	34-04

Итого за день

Калорийность-1 139, Белки-38, Жиры-32, Углеводы-174

180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша манная молочная жидкая</i>	792	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-14	18-49
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	14-30
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-252, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-46	

Обед лагерь				
60	<i>Салат из свеклы с р/маслом</i>	21	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	5-50
200	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i>	91	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	17-43
150	<i>Каша пшеничная вязкая (гарнир)</i>	294	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-25	6-57
90	<i>Котлета «Геркулес» с</i>	79,03	Калорийность-164, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-11	43-53
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	486,01	Калорийность-103, Углеводы-27	5-26
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	<i>Яблоко</i>	11 001	Калорийность-47, Углеводы-10	31-72
Итого за день			Калорийность-1 151, Белки-37, Жиры-38, Углеводы-177	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша манная молочная</i>	792	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-14	18-49
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	14-30
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-252, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-46	

Обед лагерь				
60	<i>Салат из свеклы с р/маслом</i>	21	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	5-50
200	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i>	91	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	17-43
150	<i>Каша пшеничная вязкая (гарнир)</i>	294	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-25	6-57
90	<i>Котлета «Геркулес» с</i>	79,03	Калорийность-164, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-11	43-53
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	486,01	Калорийность-103, Углеводы-27	5-26
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Сок фруктовый</i>	ПП		30-00
100	<i>Яблоко</i>	11 001	Калорийность-47, Углеводы-10	31-72
Итого за день			Калорийность-1 151, Белки-37, Жиры-38, Углеводы-177	180-00

Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Суп молочный с макаронными изделиями	68	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14	18-67
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70

Итого за Завтрак лагерь

Калорийность-235, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-43

Обед лагерь

60	Винегрет овощной	1 039	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	9-98
200	Суп картофельный с клёиками	65	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-10	19-21
200	Плов из курицы с/п	321,01	Калорийность-323, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-36	55-94
200	Компот из яблок с/п	304,01	Калорийность-109, Углеводы-28	6-96
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Банан	248,3	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	29-34

Итого за день

Калорийность-1 205, Белки-38, Жиры-31, Углеводы-195

150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак лагерь				
150	Суп молочный с макаронными изделиями	68	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14	18-67
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70

Итого за Завтрак лагерь

Калорийность-235, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-43

Обед лагерь

60	Винегрет овощной	1 039	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	9-98
200	Суп картофельный с клёиками	65	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-10	19-21
200	Плов из курицы с/п	321,01	Калорийность-323, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-36	55-94
200	Компот из яблок с/п	304,01	Калорийность-109, Углеводы-28	6-96
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Сок фруктовый	ПП		30-00
100	Банан	248,3	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	29-34

Итого за день

Калорийность-1 205, Белки-38, Жиры-31, Углеводы-195

180-00

МБОУ Большеоворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом	200	Калорийность-119, Белки-2, Углеводы-29	14-13
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Кофейный напиток	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-282, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-58	
Обед лагерь				
60	Салат из моркови с сыром и яйцом	0	Калорийность-74, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-3	12-92
200	Борщ с капустой и картофелем	39	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	19-43
150	Каша пшённая вязкая (гарнир)	284	Калорийность-168, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-23	4-67
90	Котлета Загадка курица с соусом	34,01	Калорийность-167, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-7	38-22
200	Напиток из изюма с/п	308,01	Калорийность-128, Углеводы-33	6-53
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Груши	248,2	Калорийность-46, Углеводы-10	34-04
Итого за Обед лагерь			Калорийность-808, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-106	
Итого за день			Калорийность-1 339, Белки-36, Жиры-42, Углеводы-205	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом	200	Калорийность-119, Белки-2, Углеводы-29	14-13
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Кофейный напиток	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-282, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-58	
Обед лагерь				
60	Салат из моркови с сыром и яйцом	0	Калорийность-74, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-3	12-92
200	Борщ с капустой и картофелем	39	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	19-43
150	Каша пшённая вязкая	284	Калорийность-168, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-23	4-67
90	Котлета Загадка курица с соусом	34,01	Калорийность-167, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-7	38-22
200	Напиток из изюма с/п	308,01	Калорийность-128, Углеводы-33	6-53
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Сок фруктовый	ПП		30-00
100	Груши	248,2	Калорийность-46, Углеводы-10	34-04
Итого за Обед лагерь			Калорийность-808, Белки-24, Жиры-68, Углеводы-116	
Итого за день			Калорийность-1 339, Белки-36, Жиры-42, Углеводы-205	180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша ячневая молочная вязкая	174	Калорийность-253, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-48	10-84
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Какао с молоком	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	14-30

Итого за Завтрак лагерь Калорийность-442, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-80

Обед лагерь

60	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	30	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-80
200	Суп крестьянский с крупой	134	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	16-64
150	Картофельное пюре	251	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	14-11
90	Котлета рыбная Нептун с соусом	528,02	Калорийность-241, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-30	39-36
200	Напиток из шиповника с/п	267,01	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-19	5-93
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Апельсин	11 001	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	31-78

Итого за день Калорийность-1 222, Белки-35, Жиры-37, Углеводы-200 **150-00**

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша ячневая молочная	174	Калорийность-253, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-48	10-84
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Какао с молоком	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	14-30

Итого за Завтрак лагерь Калорийность-442, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-80

Обед лагерь

60	Салат из свежих помидоров	30	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-80
200	Суп крестьянский с крупой	134	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	16-64
150	Картофельное пюре	251	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	14-11
90	Котлета рыбная Нептун с	528,02	Калорийность-241, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-30	39-36
200	Напиток из шиповника с/п	267,01	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-19	5-93
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Сок фруктовый	III		30-00
100	Апельсин	11 001	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	31-78

Итого за день Калорийность-1 222, Белки-35, Жиры-37, Углеводы-200 **180-00**

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша пшённая молочная жидкая</i>	286	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	21-48
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70

Итого за Завтрак лагерь Калорийность-214, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-46

Обед лагерь

60	<i>Салат из свеклы с яблоками</i>	54	Калорийность-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	8-73
200	<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	81	Калорийность-104, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	20-14
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	10-53
90	<i>Тефтели мясные с рисом в соусе</i>	7 041,02	Калорийность-159, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-14	44-62
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	486,01	Калорийность-103, Углеводы-27	5-26
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	<i>Банан</i>	248,3	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	29-34

Итого за день Калорийность-1 265, Белки-38, Жиры-33, Углеводы-219 **150-00**

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша пшённая молочная жидкая</i>	286	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	21-48
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70

Итого за Завтрак лагерь Калорийность-214, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-46

Обед лагерь

60	<i>Салат из свеклы с яблоками</i>	54	Калорийность-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	8-73
200	<i>Суп картофельный с</i>	81	Калорийность-104, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	20-14
150	<i>Макаронные изделия</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	10-53
90	<i>Тефтели мясные с рисом в</i>	7 041,02	Калорийность-159, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-14	44-62
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	486,01	Калорийность-103, Углеводы-27	5-26
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Сок фруктовый</i>	ПП		30-00
100	<i>Банан</i>	248,3	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	29-34

Итого за день Калорийность-1 265, Белки-38, Жиры-33, Углеводы-219 **180-00**

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------

Завтрак лагерь

150	<i>Каша манная молочная жидкая</i>	792	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-14	12-96
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Кофейный напиток</i>	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86

Итого за Завтрак лагерь

Калорийность-226, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-43

Обед лагерь

60	<i>Салат из свежих огурцов с пастительным маслом</i>	30	Калорийность-40, Жиры-4, Углеводы-1	12-73
200	<i>Суп харчо</i>	77,01	Калорийность-138, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-11	16-59
150	<i>Рагу из овощей</i>	3 001,01	Калорийность-177, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-22	13-26
50/50	<i>Гуляш из свинины</i>	13 014	Калорийность-248, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-33	34-49
200	<i>Компот из чернослива</i>	253,4	Калорийность-114, Углеводы-28	6-57
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
95	<i>Йогурт 95 гр</i>	13 024		33-34

Итого за день

Калорийность-1 145, Белки-36, Жиры-34, Углеводы-176

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------

Завтрак лагерь

150	<i>Каша манная молочная</i>	792	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-14	12-96
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Кофейный напиток</i>	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86

Итого за Завтрак лагерь

Калорийность-226, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-43

Обед лагерь

60	<i>Салат из свежих огурцов с</i>	30	Калорийность-40, Жиры-4, Углеводы-1	12-73
200	<i>Суп харчо</i>	77,01	Калорийность-138, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-11	16-59
150	<i>Рагу из овощей</i>	3 001,01	Калорийность-177, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-22	13-26
50/50	<i>Гуляш из свинины</i>	13 014	Калорийность-248, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-33	34-49
200	<i>Компот из чернослива</i>	253,4	Калорийность-114, Углеводы-28	6-57
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Сок фруктовый</i>	ПП		30-00
95	<i>Йогурт 95 гр</i>	13 024		33-34

Итого за день

Калорийность-1 145, Белки-36, Жиры-34, Углеводы-176

180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша пшённая молочная жидкая</i>	286	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	17-82
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-214, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-46	
Обед лагерь				
60	<i>Помидоры свежие резанные порционно</i>	19	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	16-16
200	<i>Суп с рыбными консервами</i>	54,12	Калорийность-116, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-10	20-29
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	10-53
90	<i>Фрикадельки Петушок с соусом</i>	81,01	Калорийность-155, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-39	39-43
200	<i>Напиток из изюма с/п</i>	308,01	Калорийность-128, Углеводы-33	6-53
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	<i>Банан</i>	248,3	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	29-34
Итого за Обед лагерь			Калорийность-892, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-169	
Итого за день			Калорийность-1 142, Белки-36, Жиры-27, Углеводы-215	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша пшённая молочная</i>	286	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1,	17-82
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-214, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-46	
Обед лагерь				
60	<i>Помидоры свежие резанные</i>	19	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3,	16-16
200	<i>Суп с рыбными консервами</i>	54,12	Калорийность-116, Белки-11, Жиры-3,	20-29
150	<i>Макаронные изделия</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6,	10-53
90	<i>Фрикадельки Петушок с</i>	81,01	Калорийность-155, Белки-5, Жиры-10,	39-43
200	<i>Напиток из изюма с/п</i>	308,01	Калорийность-128, Углеводы-33	6-53
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Сок фруктовый</i>	ПП		30-00
100	<i>Банан</i>	248,3	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	29-34
Итого за Обед лагерь			Калорийность-892, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-169	
Итого за день			Калорийность-1 142, Белки-36, Жиры-27, Углеводы-215	180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша ячневая молочная вязкая</i>	174	Калорийность-253, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-48	13-84
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	14-30
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-442, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-80	
Обед лагерь				
60	<i>Салат из свеклы с сыром</i>	1 034,01	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-5	7-65
200	<i>Суп крестьянский с крупой</i>	134	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	16-70
150	<i>Рис припущенный</i>	94	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-37	14-53
90	<i>Голубцы «Уралочка»</i>	191	Калорийность-199, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-13	38-13
200	<i>Компот из кураги</i>	307	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-31	5-93
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	<i>Яблоко</i>	11 001	Калорийность-47, Углеводы-10	31-72
Итого за Обед лагерь			Калорийность-852, Белки-24, Жиры-27, Углеводы-136	
Итого за день			Калорийность-1 504, Белки-42, Жиры-49, Углеводы-237	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша ячневая молочная</i>	174	Калорийность-253, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-48	13-84
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	14-30
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-442, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-80	
Обед лагерь				
60	<i>Салат из свеклы с сыром</i>	1 034,01	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-5	7-65
200	<i>Суп крестьянский с крупой</i>	134	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	16-70
150	<i>Рис припущенный</i>	94	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-37	14-53
90	<i>Голубцы «Уралочка»</i>	191	Калорийность-199, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-13	38-13
200	<i>Компот из кураги</i>	307	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-31	5-93
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Сок фруктовый</i>	ПП		30-00
100	<i>Яблоко</i>	11 001	Калорийность-47, Углеводы-10	31-72
Итого за день			Калорийность-1 504, Белки-42, Жиры-49, Углеводы-237	180-00

МБОУ Большеоворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом	200	Калорийность-119, Белки-2, Углеводы-29	13-13
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с лимоном сп	71,01	Калорийность-82, Углеводы-21	3-72
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-271, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-64	
Обед лагерь				
60	Салат из свежих помидоров и огурцов	3	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	12-73
200	Рассольник ленинградский	102,01	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	17-58
200	Жаркое по-домашнему	7 010,02	Калорийность-376, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-42	42-30
200	Сок фруктовый	268	Калорийность-85, Белки-1, Углеводы-20	20-00
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
95	Йогурт 95 гр	13 024		33-34
Итого за Обед лагерь			Калорийность-737, Белки-27, Жиры-28, Углеводы-108	
Итого за день			Калорийность-1 044, Белки-34, Жиры-32, Углеводы-172	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша геркулесовая (вязкая) с	200	Калорийность-119, Белки-2, Углеводы-29	13-13
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с лимоном сп	71,01	Калорийность-82, Углеводы-21	3-72
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-271, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-64	
Обед лагерь				
60	Салат из свежих помидоров	3	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	12-73
200	Рассольник ленинградский	102,01	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	17-58
200	Жаркое по-домашнему	7 010,02	Калорийность-376, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-42	42-30
200	Сок фруктовый	268	Калорийность-85, Белки-1, Углеводы-20	20-00
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
95	Йогурт 95 гр	13 024		33-34
200	Сок фруктовый	ПП		30-00
Итого за Обед лагерь			Калорийность-737, Белки-27, Жиры-28, Углеводы-108	
Итого за день			Калорийность-1 044, Белки-34, Жиры-32, Углеводы-172	180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша вязкая молочная "Дружба"	4 001	Калорийность-253, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-48	17-78
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Кофейный напиток	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-417, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-77	
Обед лагерь				
60	Салат Картофельный	3	Калорийность-108, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-5	7-44
200	Щи из свежей капусты с картофелем	41	Калорийность-123, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-8	17-02
150	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	252	Калорийность-122, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-23	7-53
50/50	Гуляш из курицы	437,01	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	41-43
200	Компот из яблок сп	304,01	Калорийность-109, Углеводы-28	6-96
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Апельсин	11 001	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	31-78
Итого за Обед лагерь			Калорийность-857, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-125	
Итого за день			Калорийность-1 519, Белки-44, Жиры-54, Углеводы-229	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак лагерь				
150	Каша вязкая молочная	4 001	Калорийность-253, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-48	17-78
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Кофейный напиток	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-417, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-77	
Обед лагерь				
60	Салат Картофельный	3	Калорийность-108, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-5	7-44
200	Щи из свежей капусты с	41	Калорийность-123, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-8	17-02
150	Каша гречневая	252	Калорийность-122, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-23	7-53
50/50	Гуляш из курицы	437,01	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	41-43
200	Компот из яблок сп	304,01	Калорийность-109, Углеводы-28	6-96
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Апельсин	11 001	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	31-78
200	сок фруктовый	ПП		30-00
Итого за Обед лагерь			Калорийность-857, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-125	
Итого за день			Калорийность-1 519, Белки-44, Жиры-54, Углеводы-229	180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша рисовая молочная жидкая</i>	27	Калорийность-171, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	18-53
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Чай с лимоном сп</i>	71,01	Калорийность-82, Углеводы-21	3-72
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-323, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-61	
Обед лагерь				
60	<i>Огурцы свежие резанные порционно</i>	14	Калорийность-6, Углеводы-1	14-12
200	<i>Суп Агрырчишыл</i>	59	Калорийность-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-11	17-12
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	9-53
90	<i>Котлета по-Хлыновски свинина с соусом</i>	454,01	Калорийность-203, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7	39-81
200	<i>Напиток из шиповника с/п</i>	267,01	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-19	5-93
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	<i>Груши</i>	248,2	Калорийность-46, Углеводы-10	34-04
Итого за Обед лагерь			Калорийность-780, Белки-29, Жиры-23, Углеводы-113	
Итого за день			Калорийность-1 139, Белки-38, Жиры-32, Углеводы-174	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша рисовая молочная</i>	27	Калорийность-171, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	18-53
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Чай с лимоном сп</i>	71,01	Калорийность-82, Углеводы-21	3-72
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-323, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-61	
Обед лагерь				
60	<i>Огурцы свежие резанные</i>	14	Калорийность-6, Углеводы-1	14-12
200	<i>Суп Агрырчишыл</i>	59	Калорийность-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-11	17-12
150	<i>Макаронные изделия</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	9-53
90	<i>Котлета по-Хлыновски</i>	454,01	Калорийность-203, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7	39-81
200	<i>Напиток из шиповника с/п</i>	267,01	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-19	5-93
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Сок фруктовый</i>	ПП		30-00
100	<i>Груши</i>	248,2	Калорийность-46, Углеводы-10	34-04
Итого за Обед лагерь			Калорийность-780, Белки-29, Жиры-23, Углеводы-113	
Итого за день			Калорийность-1 139, Белки-38, Жиры-32, Углеводы-174	180-00

Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша манная молочная жидкая</i>	792	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-14	18-49
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	14-30
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-252, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-46	
Обед лагерь				
60	<i>Салат из свеклы с р/маслом</i>	21	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	5-50
200	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i>	91	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	17-43
150	<i>Каша пшеничная вязкая (гарнир)</i>	294	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-25	6-57
90	<i>Котлета «Геркулес» с</i>	79,03	Калорийность-164, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-11	43-53
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	486,01	Калорийность-103, Углеводы-27	5-26
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	<i>Яблоко</i>	11 001	Калорийность-47, Углеводы-10	31-72
Итого за Обед лагерь			Калорийность-771, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-123	
Итого за день			Калорийность-1 151, Белки-37, Жиры-38, Углеводы-177	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша манная молочная</i>	792	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-14	18-49
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	14-30
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-252, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-46	
Обед лагерь				
60	<i>Салат из свеклы с р/маслом</i>	21	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	5-50
200	<i>Суп картофельный с</i>	91	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	17-43
150	<i>Каша пшеничная вязкая</i>	294	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-25	6-57
90	<i>Котлета «Геркулес» с</i>	79,03	Калорийность-164, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-11	43-53
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	486,01	Калорийность-103, Углеводы-27	5-26
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Сок фруктовый</i>	ПП		30-00
100	<i>Яблоко</i>	11 001	Калорийность-47, Углеводы-10	31-72
Итого за Обед лагерь			Калорийность-771, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-123	
Итого за день			Калорийность-1 151, Белки-37, Жиры-38, Углеводы-177	180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Суп молочный с макаронными изделиями	68	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14	18-67
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-235, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-43	
Обед лагерь				
60	Винегрет овощной	1 039	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-1	9-98
200	Суп картофельный с клёиками	65	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-10	19-21
200	Плов из курицы с/п	321,01	Калорийность-323, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-36	55-94
200	Компот из яблок с/п	304,01	Калорийность-109, Углеводы-28	6-96
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Банан	248,3	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	29-34
Итого за Обед лагерь			Калорийность-814, Белки-26, Жиры-24, Углеводы-128	
Итого за день			Калорийность-1 205, Белки-38, Жиры-31, Углеводы-195	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак лагерь				
150	Суп молочный с	68	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-4,	18-67
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-235, Белки-7, Жиры-4,	
Обед лагерь				
60	Винегрет овощной	1 039	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-6,	9-98
200	Суп картофельный с	65	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-3,	19-21
200	Плов из курицы с/п	321,01	Калорийность-323, Белки-17, Жиры-14,	55-94
200	Компот из яблок с/п	304,01	Калорийность-109, Углеводы-28	6-96
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Сок фруктовый	ПП		30-00
100	Банан	248,3	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	29-34
Итого за Обед лагерь			Калорийность-814, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-107	
Итого за Обед лагерь			Калорийность-719, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-128	
Итого за день			Калорийность-1 205, Белки-38, Жиры-31, Углеводы-195	180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом	200	Калорийность-119, Белки-2, Углеводы-29	14-13
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Кофейный напиток	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-282, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-58	
Обед лагерь				
60	Салат из моркови с сыром и яйцом	0	Калорийность-74, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-3	12-92
200	Борщ с капустой и картофелем	39	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	19-43
150	Каша пшеничная вязкая (гарнир)	284	Калорийность-168, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-23	4-67
90	Котлета Загадка курица с соусом	34,01	Калорийность-167, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-7	38-22
200	Напиток из изюма с/п	308,01	Калорийность-128, Углеводы-33	6-53
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Груши	248,2	Калорийность-46, Углеводы-10	34-04
Итого за Обед лагерь			Калорийность-808, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-116	
Итого за день			Калорийность-1 339, Белки-36, Жиры-42, Углеводы-205	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом	200	Калорийность-119, Белки-2, Углеводы-29	14-13
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Кофейный напиток	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-282, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-58	
Обед лагерь				
60	Салат из моркови с сыром и яйцом	0	Калорийность-74, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-3	12-92
200	Борщ с капустой и картофелем	39	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	19-43
150	Каша пшеничная вязкая (гарнир)	284	Калорийность-168, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-23	4-67
90	Котлета Загадка курица с соусом	34,01	Калорийность-167, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-7	38-22
200	Напиток из изюма с/п	308,01	Калорийность-128, Углеводы-33	6-53
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Сок фруктовый	ПП		30-00
100	Груши	248,2	Калорийность-46, Углеводы-10	34-04
Итого за Обед лагерь			Калорийность-808, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-116	
Итого за день			Калорийность-1 339, Белки-36, Жиры-42, Углеводы-205	180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша ячневая молочная вязкая</i>	174	Калорийность-253, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-48	10-84
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	14-30
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-442, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-80	
Обед лагерь				
60	<i>Салат из свежих помидоров с растительным маслом</i>	30	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-80
200	<i>Суп крестьянский с крупой</i>	134	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	16-64
150	<i>Картофельное пюре</i>	251	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	14-11
90	<i>Котлета рыбная Нептун с соусом</i>	528,02	Калорийность-241, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-30	39-36
200	<i>Напиток из шиповника с/п</i>	267,01	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-19	5-93
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	<i>Апельсин</i>	11 001	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	31-78
Итого за Обед лагерь			Калорийность-780, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-121	
Итого за день			Калорийность-1 222, Белки-35, Жиры-37, Углеводы-200	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша ячневая молочная</i>	174	Калорийность-253, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-48	10-84
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	14-30
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-442, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-80	
Обед лагерь				
60	<i>Салат из свежих помидоров</i>	30	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-80
200	<i>Суп крестьянский с крупой</i>	134	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	16-64
150	<i>Картофельное пюре</i>	251	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	14-11
90	<i>Котлета рыбная Нептун с соусом</i>	528,02	Калорийность-241, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-30	39-36
200	<i>Напиток из шиповника с/п</i>	267,01	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-19	5-93
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Сок фруктовый</i>	ПП		30-00
100	<i>Апельсин</i>	11 001	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	31-78
Итого за Обед лагерь			Калорийность-780, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-121	
Итого за день			Калорийность-1 222, Белки-35, Жиры-37, Углеводы-200	180-00

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша пшённая молочная жидкая</i>	286	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	21-48
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-214, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-46	
Обед лагерь				
60	<i>Салат из свеклы с яблоками</i>	54	Калорийность-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	8-73
200	<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	81	Калорийность-104, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	20-14
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	10-53
90	<i>Тефтели мясные с рисом в соусе</i>	7 041,02	Калорийность-159, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-14	44-62
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	486,01	Калорийность-103, Углеводы-27	5-26
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
Итого за Обед лагерь			Калорийность-771, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-127	
Полдник лагерь				
100	<i>Банан</i>	248,3	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	29-34
Итого за Полдник лагерь			Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	
Итого за день			Калорийность-1 265, Белки-38, Жиры-33, Углеводы-219	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	<i>Каша пшённая молочная</i>	286	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	21-48
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-214, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-46	
Обед лагерь				
60	<i>Салат из свеклы с яблоками</i>	54	Калорийность-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	8-73
200	<i>Суп картофельный с</i>	81	Калорийность-104, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	20-14
150	<i>Макаронные изделия</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	10-53
90	<i>Тефтели мясные с рисом в соусе</i>	7 041,02	Калорийность-159, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-14	44-62
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	486,01	Калорийность-103, Углеводы-27	5-26
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	<i>Сок фруктовый</i>	ПП		30-00
100	<i>Банан</i>	248,3	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	29-34
Итого за Обед лагерь			Калорийность-866, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-148	
Итого за день			Калорийность-1 265, Белки-38, Жиры-33, Углеводы-219	180-00

МБОУ Большеошворциснская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша манная молочная жидкая	792	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-14	12-96
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Кофейный напиток	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-226, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-43	
Обед лагерь				
60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	30	Калорийность-40, Жиры-4, Углеводы-1	12-73
200	Суп харчо	77,01	Калорийность-138, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-11	16-59
150	Рагу из овощей	3 001,01	Калорийность-177, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-22	13-26
50/50	Гуляш из свинины	13 014	Калорийность-248, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-33	34-49
200	Компот из чернослива	253,4	Калорийность-114, Углеводы-28	6-57
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
95	Йогурт 95 гр	13 024		33-34
Итого за Обед лагерь			Калорийность-857, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-125	
Итого за день			Калорийность-1 145, Белки-36, Жиры-34, Углеводы-176	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша манная молочная	792	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-14	12-96
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Кофейный напиток	264	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	12-86
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-226, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-43	
Обед лагерь				
60	Салат из свежих огурцов с	30	Калорийность-40, Жиры-4, Углеводы-1	12-73
200	Суп харчо	77,01	Калорийность-138, Белки-1, Жиры-7,	16-59
150	Рагу из овощей	3 001,01	Калорийность-177, Белки-4, Жиры-8,	13-26
50/50	Гуляш из свинины	13 014	Калорийность-248, Белки-14, Жиры-11,	34-49
200	Компот из чернослива	253,4	Калорийность-114, Углеводы-28	6-57
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Сок фруктовый	ПП		30-00
95	Йогурт 95 гр	13 024		33-34
Итого за Обед лагерь			Калорийность-857, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-125	
Итого за день			Калорийность-1 145, Белки-36, Жиры-34, Углеводы-176	180-00

Руководитель _____

МБОУ Большеошворцинская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша рисовая молочная жидкая	27	Калорийность-171, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	20-53
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-297, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-54	
Обед лагерь				
60	Огурцы свежие резанные порционно	14	Калорийность-6, Углеводы-1	16-12
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	91	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	19-24
150	Каша пшеничная жидкая (гарнир)	796	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	7-04
90	Котлета Детская свинина с соусом	75,01	Калорийность-227, Белки-10, Жиры-18, Углеводы-3	40-13
200	Компот из сухофруктов сп	486,01	Калорийность-103, Углеводы-27	5-26
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
100	Апельсин	11 001	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	31-78
Итого за Обед лагерь			Калорийность-816, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-124	
Итого за день			Калорийность-1 318, Белки-35, Жиры-41, Углеводы-204	150-00

КЦСОН

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак лагерь				
150	Каша рисовая молочная	27	Калорийность-171, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	20-53
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-70
Итого за Завтрак лагерь			Калорийность-297, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-54	
Обед лагерь				
60	Огурцы свежие резанные	14	Калорийность-6, Углеводы-1	16-12
200	Суп картофельный с	91	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	19-24
150	Каша пшеничная жидкая	796	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	7-04
90	Котлета Детская свинина с	75,01	Калорийность-227, Белки-10, Жиры-18, Углеводы-3	40-13
200	Компот из сухофруктов сп	486,01	Калорийность-103, Углеводы-27	5-26
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-40
200	Сок фруктовый	ПП		30-00
100	Апельсин	11 001	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	31-78
Итого за Обед лагерь			Калорийность-816, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-124	
Итого за день			Калорийность-1 318, Белки-35, Жиры-41, Углеводы-204	180-00

Руководитель _____