



**Оздоровительного лагеря с дневным пребыванием  
детей на базе МКОУ "Товарковская СОШ 1"**

**на 18.06.2024**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 8</b>							
завтрак	Оладьи со сгущенным молоком	100/25	8,82	4,31	50,99	278,00	1046
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	424
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	56,00	943
	Бутерброд с сыром	25/30	8,84	9,58	12,73	175,45	3
	Йогурт	110	3,96	3,19	12,98	96,80	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>530</b>	<b>26,92</b>	<b>21,68</b>	<b>91,00</b>	<b>669,25</b>	
обед	Овощи свежие	60	0,42	0,09	2,16	10,50	
	Борщ с капустой и картофелем, птицей отварной и сметаной	250/25/10	7,35	9,81	12,88	170,06	170/637
	Биштекс рубленый	53	11,87	9,00	10,70	181,52	604
	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25	694
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	92,00	
	Хлеб ржаной	30	1,96	0,30	12,30	63,00	
	Конфеты	34	2,45	8,84	18,54	163,54	
	Фрукты свежие	170	1,36	0,59	22,83	91,80	
<b>Итого за обед:</b>		<b>982</b>	<b>29,47</b>	<b>33,43</b>	<b>120,06</b>	<b>909,67</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1512</b>	<b>56,39</b>	<b>55,11</b>	<b>211,06</b>	<b>1578,92</b>	

*Шеф-повар Гаф Гарсименова С.П.*