

Утверждаю


Начальник лагеря «Капитошка»

Денисова С.Э. 

«20» июня 2024 г.

День 13 . Неделя: первая Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак										
206с62012	Макаронны отварные с сыром	200			4,78	5,06	26,65	171,25	0	24,97
338с62005	Яблоки свежие калиброванные	120	120	120	0,48	0,48	11,94	79,53	12,08	11,22
	Хлеб пшеничный	30	30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0	1,77
459с62021	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7			0,3	0,1	9,5	40	1	2,67
	Итого завтрак:				7,93	5,94	62,58	361,28	13,08	40,63
Обед										
84с62005	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5			3,54	5,1	14,53	168,25	6,29	10,18
237с62005	Зразы рыбные с яйцом	100			10,83	18,67	11	255	0	31,18
310с62005	Картофель отварной с маслом	180/5			4,5	5	28,9	220,2	26,38	16,13
71с62005	Овощи натуральные свежие	60			0,72	0,12	2,8	15,6	1,08	5,2
	Хлеб пшеничный	30	30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0	1,77
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	2,06
342с62005	Компот из свежих яблок	200			0,16	0	29	146,6	0,1	6,03
	Итого обед:				24,10	29,55	110,74	928,35	33,85	72,55
	Итого 13 день:				32,03	35,49	173,32	1289,63	46,93	113,18

Утверждаю
 Начальник лагеря «Капитошка»
 Денисова С.Э. 

«20» июня 2024 г.

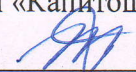
День 13 . Неделя: первая . Сезон: лето. Возрастная категория: 11-17 лет

Завтрак

№206,сбор.201 2г. под ред. Могильного	Макаронны отварные с сыром	200	24,97	4,78	5,06	26,65	171,2 5	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№71,сбор.2005 г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,02 0	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37
№459,сбор.202 1г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/1 0/7	2,67	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
№338,сбор. 2005 под.ред Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванн ые, 1 шт.	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,3 0	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90
Итого завтрак:			55,69	9,91	6,24	78,55	410,5 5	0,17	16,1 0	25,00	1,33	62,83	117,0 8	45,66	7,01

Обед

№ 84,сбор.2005г,п од ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,18	3,54	5,10	14,53	168,2 5	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71
237 сб 2005 г	Зразы рыбные с яйцом	100	31,18	10,83	18,67	11	255	0,90	0,00	6,0	0,12	78	242,0	38,0	0,93
№310,сбор.200 5 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,2 0	0,19	26,3 8	24,00	0,25	19,44	100,2 0	36,84	1,63
№71,сбор.2005 г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,6 0	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			77,30	26,07	29,86	120,83	980,2 5	1,34	34,5 7	30,00	3,97	189,94	571,5 4	154,07	9,85
Итого 13 день:			132,9 9	35,98	36,10	199,38	1390, 80	1,51	50,6 7	55,00	5,30	252,77	688,6 2	199,73	16,8

Утверждаю
 Начальник лагеря «Капитошка»
 Денисова С.Э. 

«20» июня 2024 г.

День 13 . Неделя: первая . Сезон: лето. Возрастная категория: 11-17 лет

Завтрак

№206,сбор.201 2г. под ред. Могильного	Макаронны отварные с сыром	200	24,97	4,78	5,06	26,65	171,2 5	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№71,сбор.2005 г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,02 0	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37
№459,сбор.202 1г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/1 0/7	2,67	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
№338,сбор. 2005 под.ред Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванн ые, 1 шт.	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,3 0	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90
Итого завтрак:			55,69	9,91	6,24	78,55	410,5 5	0,17	16,1 0	25,00	1,33	62,83	117,0 8	45,66	7,01

Обед

№ 84,сбор.2005г,п од ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,18	3,54	5,10	14,53	168,2 5	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71
237 сб 2005 г	Зразы рыбные с яйцом	100	31,18	10,83	18,67	11	255	0,90	0,00	6,0	0,12	78	242,0	38,0	0,93
№310,сбор.200 5 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,2 0	0,19	26,3 8	24,00	0,25	19,44	100,2 0	36,84	1,63
№71,сбор.2005 г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,6 0	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			77,30	26,07	29,86	120,83	980,2 5	1,34	34,5 7	30,00	3,97	189,94	571,5 4	154,07	9,85
Итого 13 день:			132,9 9	35,98	36,10	199,38	1390, 80	1,51	50,6 7	55,00	5,30	252,77	688,6 2	199,73	16,8