

Утверждаю

Начальник лагеря «Капитошка»

Денисова С.Э.

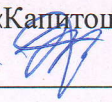
«6» июня 2024 г.

День 4 . Неделя: первая Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак										
291сб2005	Плов из птицы	100/200			27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	51,4
71сб2005	Овощи натуральные свежие	60			0,5	0	2	9,6	1,08	4,2
457сб2021	Чай с сахаром	200/10			0,2	0,1	9,3	38	0	1,42
	Итого завтрак:				30,06	30,9	78,63	673,55	1,16	59,08
Обед										
84сб2005	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5			3,54	5,1	14,53	168,25	6,29	10,18
239сб2005	Тефтели рыбные с соусом	100/60			12,8	11,8	18,2	230	0,3	38,87
310сб2005	Картофель отварной с маслом	180/5			4,5	5	28,9	220,2	26,38	16,13
71сб2005	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
342сб2005	Компот из свежих яблок	200			0,16	0	29	146,6	0,1	6,03
	Итого обед:				26,07	22,68	117,94	903,35	34,15	80,24
	Итого 4 день:				56,13	53,58	196,57	1576,9	35,31	139,32

Утверждаю

Начальник лагеря «Капитошка»

Денисова С.Э. 

«6» июня 2024 г.

День 4 . Неделя: первая . Сезон: лето. Возрастная категория: 11-17 лет

4 ДЕНЬ

Завтрак

№291,сбор. 2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	51,40	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№71,сбор.2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37
№457,сбор. 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
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
Итого завтрак:			62,57	31,05	31,02	83,30	697,35	0,17	1,88	64,80	0,94	93,28	363,70	93,97	7,53

Обед

№ 84,сбор.2005г,под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,18	3,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71
№ 239,сбор.2005г,под ред. Могильного	Тефтели рыбные с соусом	100/60	38,87	12,80	11,80	18,20	230,00	0,20	0,30	10,00	4,88	52,75	341,75	59,75	1,78
№310,сбор. 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№71,сбор.2005г.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	146,60	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:			84,99	28,04	22,99	128,03	955,25	0,64	34,87	34,00	8,73	164,69	671,29	175,82	10,70
Итого 4 день:			147,56	59,09	54,01	211,33	1652,60	0,81	36,75	64,80	9,67	257,97	1034,99	269,79	18,23