

Индивидуальный предприниматель
Байбуганов Сергей Геннадьевич

Г.Северск, ул. Победы 12б

тел. 56-43-47, 56-34-37

Лагерь

7-11 лет

День 1

17.06.2024

| Школа | | МБОУ №87 | | | | | | | |
|-----------|--------------|----------|--|-------------|------------|-------|-------|----------|--|
| Приём пищ | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход | Калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | | | | 200/10 | 188,5 | 7,7 | 12 | 37,4 | |
| | Гор.блюдо | 174 | Каша молочная из кукурузной крупы с маслом | 15 | 53,75 | 3,48 | 4,43 | 0 | |
| | Гор. Напиток | 15 | Сыр | 10 | 65,72 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | |
| | Хлеб | 14 | Масло сливочное | 200 | 264 | 3,8 | 21,8 | 14,2 | |
| | | 380 | Кофейный напиток | 50 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | |
| | | ПР | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 45,98 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | |
| | | ПР | Хлеб ржаной | 100 | 47 | 0,2 | 0,3 | 9,8 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | ПР | Фрукты | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | | | | 60 | 13,2 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | |
| | Закуска | 71 | Овощи свежие:Помидоры | 250/12,5/10 | 140 | 6,06 | 6,39 | 11,5 | |
| | 1 блюдо | 87/07 | Щи из свежей капусты, с картофелем, птицей, сметаной | 90 | 223,2 | 13,32 | 10,08 | 19,98 | |
| | 2 блюдо | 416 | Шницель из мяса | 150/10 | 211,95 | 5,4 | 5 | 34,8 | |
| | Гарнир | 309 | Лапша припущенная с маслом | 200 | 102 | 0 | 0 | 25,5 | |
| | Сладкое | ПР | Сок фруктовый | 60 | 140,28 | 4,74 | 0,6 | 28,98 | |
| | Хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 68,97 | 1,68 | 0,33 | 1,32 | |
| | Хлеб чёрный | ПР | Хлеб ржаной | | | | | | |

Заведующий производством
Лысенко ЕА

Начальник Лагеря
Родькина Елена Андреевна



Индивидуальный предприниматель
Байбуганов Сергей Геннадьевич

Г.Северск, ул. Победы 12б
тел. 56-43-47, 56-34-37

Лагерь

12-18лет

| | | | |
|-------|----------|--------|------------|
| Школа | МБОУ №87 | День 1 | 17.06.2024 |
|-------|----------|--------|------------|

| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход | Калорийно | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|--|-------------|-----------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гор.блюдо | 174 | Каша молочная из кукурузной крупы с маслом | 200/10 | 188,5 | 7,7 | 12 | 37,4 |
| | Гор. Напиток | 15 | Сыр | 20 | 71,66 | 4,64 | 5,9 | 0 |
| | Хлеб | 14 | Масло сливочное | 15 | 98,58 | 0,15 | 10,8 | 0 |
| | | 380 | Кофейный напиток | 200 | 264 | 3,8 | 21,8 | 14,2 |
| | | ПР | Хлеб пшеничный йодированный | 50 | 163,66 | 5,53 | 0,7 | 33,81 |
| | | ПР | Хлеб ржаной | 20 | 45,98 | 1,12 | 0,22 | 9,88 |
| | | ПР | Хлеб ржаной | 100 | 47 | 0,2 | 0,3 | 9,8 |
| Завтрак 2 | Фрукты | ПР | Фрукты | | | | | |
| | | | | 100 | 22 | 0,55 | 0,1 | 1,9 |
| Обед | Закуска | 71 | Овощи свежие:помидоры | | | | | |
| | 1 блюдо | 87/07 | Щи из свежей капусты, с картофелем, птицей, сметаной | 300/12,5/10 | 168 | 7,27 | 7,67 | 13,8 |
| | 2 блюдо | 416 | Шницель из мяса | 100 | 248 | 14,8 | 11,2 | 22,2 |
| | Гарнир | 309 | Лапша, припущенная с маслом | 180/10 | 254,34 | 6,48 | 6 | 41,76 |
| | Сладкое | ПР | Сок фруктовый | 200 | 102 | 0 | 0 | 25,5 |
| | Хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный йодированный | 70 | 163,66 | 5,53 | 0,7 | 33,81 |
| | Хлеб чёрный | ПР | Хлеб ржаной | 30 | 68,97 | 1,68 | 0,33 | 1,32 |
| | | | | | | | | |

Заведующий производством
Лысенко Е.А.

Начальник Лагеря
Родькина Е.А.

