Утверждаю:

Директор

МКОУ «СОШ № 5 с.Терезе»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Р.Р. Узденов.

\_\_\_ \_\_\_ 2025г.

Возрастная категория 7-14 лет. 1 день.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Прием пищи,**  **наименование**  **блюда** | **Масса**  **порции** | **Пищевые вещества** | | | **Энерг.**  **ценность** | **Цена** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **(ккал)** |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 1. | Каша рисовая с молоком | 1/250 | 6,98 | 12,98 | 57,74 | 372,85 |  |
| 2. | Чай с сахаром | 1/200 | -- | -- | 14,97 | 5,94 |  |
| 3. | Хлеб пшеничный | 1/60 | 4,65 | 1,60 | 31,95 163,8 | 394,53 |  |
| 4. | Хлеб ржаной | 1/60 | 3,5 | 0,6 | 26,7 | 113,4 |  |
| 5. | Изделие кондитерское | 1/100 |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | |
| 6. | Борщ красный | 1/250 | 7,14 | 7,72 | 7,01 | 141,48 |  |
| 7. | Гуляш из говядины | 50/30 | 10,29 | 13,05 | 5,65 | 184,16 |  |
| 8. | Гречка отварная | 1/150 | 9,13 | 10,64 | 44,69 | 316,0 |  |
| 9. | Хлеб пшеничный | 1/60 | 4,65 | 1,60 | 31,95 | 163,8 |  |
| 10. | Хлеб ржаной | 1/60 | 3,5 | 0,6 | 26,7 | 113,4 |  |
| 11. | Чай с сахаром | 1/200 | -- | -- | 14,97 | 5,94 |  |
| 12. | Фрукты | 1/150 | 0,7 | 0,7 | 18,2 | 83,4 |  |
| Итого: | | 1800 | 51,63 | 55,64 | 285,05 | 1740,68 |  |

Нач.лагеря: Беден Х.М.  
Мед.работник: Эркенова Ф.Д.  
Повар: Долаева З.Дж.