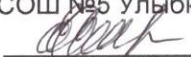


Согласовано

Начальник лагеря
МБОУ СОШ №5 Улыбка (летний лагерь)
 /Сидоренко Е.М./

МЕНЮ
3 июня 2024 г.
Летний лагерь

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	61,25	15,8	26	3	309
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	16,71	3,3	10	21	188
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	28	26,64	6,6	8,4		104
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,51	0,2	0,1	15	60
2008		ГРУША	313	78,36	1,3	0,9	32,3	147
Итого				185,47	27,2	45,4	71,3	808
Обед								
1980	62	САЛАТ "ВЕСНА"	60	33,06	3,3	7,4	2,7	92
2008		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ	250	36,92	10,2	10,1	22,6	223
2011	203	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	195	5,86	7,6	6,2	36,4	232
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	150	57,33	1,5	5	8,4	85
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	213	25,10	1,1		27	117
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	4,10	2,8	0,2	18,7	88
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	2,79	1,8	0,2	11,4	55
		БАТОНЧИК ШОКОЛАДНЫЙ	50	48,75				
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1	223	4,03				
Итого				217,94	28,3	29,1	127,2	892
Всего				403,41	55,5	74,5	198,5	1700

Повар



Пожидаева Д.С.