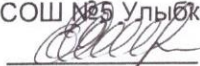


Согласовано

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

МЕНЮ

14 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								
2011	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	160	95,29	26	18,3	49,5	468
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,37	0,3	0,1	15,2	62
2008		БАТОН	42	6,64	3,2	1,3	20,9	108
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	284	65,22	1,1	1,1	27,8	133
Итого				171,52	30,6	20,8	113,4	771
Обед								
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	16,29	0,9	3,6	3,6	51
		СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	255	54,62	10,3	14,2	13	222
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	12,97	4	6,5	40,8	237
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (ФИЛЕ)	110	45,10	14,2	16,7	6,3	232
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				213,75	35,1	41,4	120,8	1002
Всего				385,27	65,7	62,2	234,2	1773

Повар



Пожидаева Д.С.