


Согласовано

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

24 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	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	28,21	11,9	10,8	47,8	337
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	17,00	3,3	10,3	21	190
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
2008		ЙОГУРТ СТАКАНЧИК	100	50,00	2,8	2,5	4,5	57
Итого				176,08	19,5	24,6	120,6	791
Обед								
2011	21	САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	26,81	0,1	3	0,9	32
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ, ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ	250	37,47	9	12,1	20,8	229
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	11,41	3,8	5,3	39,5	221
1981	712	ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ	115	58,15	23,3	13,7	0,8	227
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
2008		ПЕЧЕНЬЕ 1/100	100	41,00				
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1	223	4,03				
Итого				210,86	41,9	34,5	119,1	969
Всего				386,94	61,4	59,1	239,7	1760

Повар



Пожидаева Д.С.