



Утверждаю

Директор школы
МАОУ "НОШ № 5"

_____/Ким Наталья Анатольевна/

МЕНЮ

2 июня 2023 г.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	74,14	30,2	21	27	427
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	9,08	2,1	2,5	16,2	95
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60	21,84	3	20,2	17,9	265
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	11,60	3,8	3,7	24,4	147
2008		ЯБЛОКО	100	19,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				135,66	39,5	47,8	95,3	981
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ СЫРОМ	100	10,78	1,3	0,1	11,4	52
2008	76	БОРЩ	250	14,51	2	6,5	12,9	122
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	21,93	3,8	6,6	25,7	178
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	120	46,94	17,2	10	5	181
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,65	1,5	0,1	9,7	46
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	1,9	0,4	11,5	58
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	5,04			23,3	93
Итого				102,89	27,7	23,7	99,5	730
Всего				238,55	67,2	71,5	194,8	1711

Заведующий производством _____ Перфильева Анна Валерьевна