

Утверждаю



Директор школы

МАОУ "НОШ № 5"

_____ /Ким Наталья Анатольевна/

МЕНЮ

5 июня 2023 г.

ОЗДРОВИТЕЛЬНЫЙ 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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, БОЛГАРСКИЙ ПЕРЕЦ	100	12,50	1,1	0,1	3,7	20
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	28,38	8,2	15,2	12,7	222
2008	232	СОЛЯНКА	200	70,31	20,7	47,7	24,2	611
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,03	0,2	0,1	16,1	65
		ЯБЛОКО	100	19,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				132,22	30,6	63,5	66,5	965
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	35,00	1,1	0,2	3,8	24
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	15,82	2,3	6,7	14,2	129
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,26	4,4	7,1	46,7	268
2011	508	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ	120	60,16	26,6	36,8	2,9	452
		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				130,97	37,8	51,3	112,1	1070
Всего				263,19	68,4	114,8	178,6	2035

Заведующий производством _____

Перфильева Анна Валерьевна