



Утверждаю

Директор школы  
МАОУ "НОШ № 5"

\_\_\_\_\_/Ким Наталья Анатольевна/

## МЕНЮ

6 июня 2023 г.

### ОЗДРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                      | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|--|
|                               |                     |   |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |  |
| Завтрак                       |                     |   |       |               |                   |         |                  |  |
| 2008                          | 112                 | СУП МОЛОЧНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200   | 12,36         | 4,5               | 4,6     | 17,2             | 129                                      |
| 2008                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                      | 60    | 20,52         | 2                 | 6,4     | 33               | 195                                      |
| 2011                          | 382                 | КАКАО С МОЛОКОМ                         | 200   | 11,60         | 3,8               | 3,7     | 24,4             | 147                                      |
| 2008                          |                     | БАНАН                                   | 100   | 24,00         | 1,5               | 0,5     | 21               | 96                                       |
| Итого                         |                     |   |       | 68,48         | 11,8              | 15,2    | 95,6             | 567                                      |
| Обед                          |                     |   |       |               |                   |         |                  |  |
| 2012                          | 41                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ СЫРОМ                  | 100   | 10,78         | 1,3               | 0,1     | 11,4             | 52                                       |
| 2011                          | 108                 | СУП С КЛЕЦКАМИ                          | 250   | 11,82         | 4,1               | 5,4     | 23,1             | 157                                      |
| 2011                          | 259                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                     | 250   | 51,08         | 14,8              | 35,5    | 25,7             | 481                                      |
|                               |                     | 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                         |                     |   |       | 82,41         | 23,6              | 41,5    | 104,7            | 887                                      |
| Всего                         |                     |   |       | 150,89        | 35,4              | 56,7    | 200,3            | 1454                                     |

Заведущий производством \_\_\_\_\_ Перфильева Анна Валерьевна