

Утверждаю



Директор школы  
МАОУ "НОШ № 5"  
/Ким Наталья Анатольевна/

## МЕНЮ

9 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	
<b>Завтрак</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	25,00	0,8	0,1	2,5	14
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60	21,84	3	20,2	17,9	265
2011	211	ОМЛЕТ С СЫРОМ	200	43,23	17	16	3,4	225
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,03	0,2	0,1	16,1	65
2008		ЯБЛОКО	100	19,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>111,10</b>	<b>21,4</b>	<b>36,8</b>	<b>49,7</b>	<b>616</b>
<b>Обед</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ	100	12,02	1,3	10,1	7,7	128
2008	100	СУП ЛАПША	250	39,98	14,1	14,2	20,7	267
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	20,46	10,2	8,3	46,5	302
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	120	54,82	16,6	28,2	6,3	346
		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
<b>Итого</b>				<b>136,01</b>	<b>45,6</b>	<b>61,3</b>	<b>125,7</b>	<b>1240</b>
<b>Всего</b>				<b>247,11</b>	<b>67</b>	<b>98,1</b>	<b>175,4</b>	<b>1856</b>

Заведующий производством

Перфильева Анна Валерьевна