

Утверждаю

Директор школы

МАОУ "НОШ № 5"

_____ /Ким Наталья Анатольевна/

МЕНЮ

13 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	189	КАША МАННАЯ	200	13,09	5,7	8,5	28,8	214
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	60	13,08	2	6,4	33	195
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	11,60	3,8	3,7	24,4	147
2008		БАНАН	100	48,00	3	1	42	192
Итого				85,77	14,5	19,6	128,2	748
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ	100	12,16	1,3	10,1	7,7	128
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	13,24	2,3	5,3	16,4	122
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	20,46	10,2	8,3	46,5	302
2011	260	ГУЛЯШ	120	63,93	17,9	20,5	3,7	272
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,65	1,5	0,1	9,7	46
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	1,9	0,4	11,5	58
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	18,71	0,3	0,1	21,5	90
Итого				132,19	35,4	44,8	117	1018
Всего				217,96	49,9	64,4	245,2	1766

Заведующий производством _____

Перфильева Анна Валерьевна