

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	74,14	30,2	21	27	427
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	0,50	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
<b>Итого</b>				<b>108,08</b>	<b>39,1</b>	<b>47,4</b>	<b>85,5</b>	<b>934</b>
<b>Обед</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ СЫРОМ	100	10,79	1,3	0,1	11,4	52
2008	76	БОРЩ	250	12,36	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	24,54	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	4,37			23,3	93
<b>Итого</b>				<b>77,68</b>	<b>27,7</b>	<b>23,7</b>	<b>99,5</b>	<b>730</b>
<b>Всего</b>				<b>185,76</b>	<b>66,8</b>	<b>71,1</b>	<b>185</b>	<b>1664</b>

Заведующий производством

Перфильева Анна Валерьевна