

Утверждаю

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

## МЕНЮ

23 июня 2023 г.

### ОЗДРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,5	14
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60	3	20,2	17,9	265
2011	211	ОМЛЕТ С СЫРОМ	200	17	16	3,4	225
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,1	65
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>21,4</b>	<b>36,8</b>	<b>49,7</b>	<b>616</b>
<b>Обед</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ	100	1,3	10,1	7,7	128
2008	100	СУП ЛАПША	250	14,1	14,2	20,7	267
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	10,2	8,3	46,5	302
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	120	16,6	28,2	6,3	346
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,4	11,5	58
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			23,3	93
<b>Итого</b>				<b>45,6</b>	<b>61,3</b>	<b>125,7</b>	<b>1240</b>
<b>Всего</b>				<b>67</b>	<b>98,1</b>	<b>175,4</b>	<b>1856</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Перфильева Анна Валерьевна