

Утверждаю

Директор школы  
МАОУ "НОШ № 5"

\_\_\_\_\_/Ким Наталья Анатольевна/

**МЕНЮ**  
**16 июня 2025 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                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                        | 100   | 19,00         | 0,80              | 0,10    | 2,50             | 14,00                                    |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                   | 60    | 42,61         | 3,00              | 20,20   | 17,90            | 265,00                                   |
| 2011                          | 304                 | РИС ОТВАРНОЙ                         | 120   | 12,55         | 3,00              | 4,80    | 31,10            | 179,00                                   |
| 2011                          | 508                 | ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ             | 120   | 68,78         | 26,50             | 36,70   | 2,90             | 452,00                                   |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200   | 2,44          | 0,20              | 0,10    | 16,10            | 65,00                                    |
| 2008                          |                     | БАНАН                                | 100   | 25,00         | 1,50              | 0,50    | 21,00            | 96,00                                    |
| Итого                         |                     |                                      |       | 170,38        | 35,00             | 62,40   | 91,50            | 1 071,00                                 |
| Обед                          |                     |                                      |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                       | 100   | 20,00         | 1,10              | 0,20    | 3,80             | 24,00                                    |
| 2011                          | 88                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ | 250   | 13,30         | 1,80              | 5,10    | 8,80             | 89,00                                    |
| 2008                          | 210                 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                    | 180   | 31,20         | 5,70              | 10,30   | 36,20            | 260,00                                   |
| 2011                          | 279                 | ТЕФТЕЛИ                              | 120   | 30,65         | 7,90              | 22,10   | 12,50            | 287,00                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20    | 2,04          | 1,50              | 0,10    | 9,70             | 46,00                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 30    | 2,37          | 1,90              | 0,40    | 11,50            | 58,00                                    |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                | 200   | 4,41          | 0,00              | 0,00    | 23,20            | 93,00                                    |
| Итого                         |                     |                                      |       | 103,97        | 19,90             | 38,20   | 105,70           | 857,00                                   |
| Всего                         |                     |                                      |       | 274,35        | 54,90             | 100,60  | 197,20           | 1 928,00                                 |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Перфильева Анна Валерьевна