

Утверждаю

Директор школы

МАОУ "НОШ № 5"

_____/Ким Наталья Анатольевна/

МЕНЮ
26 июня 2025 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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	15,13	1,40	6,10	8,30	93,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	40,94	8,20	15,20	12,70	222,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	120	12,55	3,00	4,80	31,10	179,00
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	120	47,96	17,20	10,10	4,90	181,00
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				144,02	31,50	36,80	94,10	836,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, БОЛГАРСКИЙ ПЕРЕЦ	100	23,50	1,00	0,10	3,60	20,00
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	21,98	2,20	6,60	14,00	129,00
2008	232	СОЛЯНКА	250	116,00	26,00	59,60	30,70	766,00
		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	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	11,36	0,20	0,20	27,00	111,00
Итого				177,25	32,80	67,00	96,50	1 130,00
Всего				321,27	64,30	103,80	190,60	1 966,00

Заведующий производством _____ Перфильева Анна Валерьевна