

Утверждаю

Директор школы
МАОУ "НОШ № 5"

_____/Ким Наталья Анатольевна/

МЕНЮ
2 июля 2025 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	
Завтрак							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,10	0,20	3,80	24,00
2008	311	ПЛОВ	200	20,77	28,19	35,55	478,93
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	8,15	15,18	12,67	221,82
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,19	0,01	14,99	61,96
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого				31,71	44,08	88,01	882,71
Обед							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, БОЛГАРСКИЙ ПЕРЕЦ	100	1,03	0,05	3,63	19,61
2008	100	СУП ЛАПША	250	14,15	14,24	20,67	267,45
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	14,77	35,54	25,55	481,77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	11,52	57,62
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	23,23	92,89
Итого				33,35	50,30	94,34	965,28
Всего				65,06	94,38	182,35	1 847,99

Заведующий производством _____ Перфильева Анна Валерьевна