

Утверждаю

Директор школы

МАОУ "НОШ № 5"

_____/Ким Наталья Анатольевна/

МЕНЮ

7 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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, БОЛГАРСКИЙ ПЕРЕЦ	100	1,03	0,05	3,63	19,61
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	8,19	15,17	12,69	221,88
2008	232	СОЛЯНКА	200	20,80	47,66	24,52	612,07
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,13	64,50
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				30,64	63,39	66,77	965,06
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,10	0,20	3,80	24,00
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	2,22	6,58	13,99	128,68
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,44	7,11	46,57	268,08
2011	508	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ	120	26,54	36,70	2,92	451,80
		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				37,70	51,06	111,77	1 069,01
Всего				68,34	114,45	178,54	2 034,07

Заведующий производством _____

Перфильева Анна Валерьевна