

Утверждаю

Директор школы
МАОУ "НОШ № 5"

_____/Ким Наталья Анатольевна/

МЕНЮ
11 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	100	0,80	0,10	2,50	14,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60	3,00	20,16	17,87	265,20
2011	211	ОМЛЕТ С СЫРОМ	200	16,86	15,98	3,39	225,33
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				21,28	36,75	49,69	616,03
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ	100	1,36	10,17	7,69	128,22
2008	100	СУП ЛАПША	250	14,14	14,22	20,67	267,23
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	10,25	8,31	46,52	301,82
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	120	16,57	28,18	6,38	345,48
		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				45,72	61,35	125,75	1 239,20
Всего				67,00	98,10	175,44	1 855,23

Заведующий производством _____ Перфильева Анна Валерьевна