

Утверждаю



МЕНЮ ЛЕТНЕГО ЛАГЕРЯ

2 июня 2023 г.

возрастная категория 7 - 18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	28.41	8	6,8	38,5	249
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (БАТОН ОСОБЫЙ)	30	13.75	2	4,3	12,6	98
	ПП	БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащённый витаминами, железом и кальцием)	20	5.00	0,8	0,3	7,1	26
2011	382	КАКАО НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (С. В1. В2. В6. РР. А. D3. Е. А фолиевая кислота)	200	20.43	2,2	1,9	17,9	97
2011	338	АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	100	50.00	0,9	0,1	9	44
Итого			550	117.59	13,9	13,4	85,1	514
Обед								
2012	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	42.91	1	6,2	4,2	79
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	19.62	2	6,5	8,8	108
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	36.96	3,5	6,4	28,5	187
2011	269	ЛЮЛЯ-КЕБАБ С СОУСОМ	100	66.12	10,7	7,6	8,1	177
2011	375	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	27.40	0,2	0,1	22,5	93
	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	11.40	4,1	0,6	28,5	137
	ПП	ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	55	10.33	3,7	0,5	24,5	117
Итого			945	214.74	25,2	27,9	125,1	898
Всего				332.33	39,1	41,3	210,2	1412



Директор школы

Начальник лагеря

Мед. работник

Повар бригадир

