


Согласовано

Начальник лагеря
МБОУ СОШ №5 Улыбка (летний
 /Титаренко Ю.В./

МЕНЮ

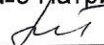
3 июня 2021 г.

Летний 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								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	45,59	16,7	23,1	4,4	291
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/10	10,30	1,10	8,4	7,5	110
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	24	20,00	5,6	7,2		88
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	205	12,91	3	2,6	16,2	102
		КИВИ	150	55,50	1,7	0,8	22,1	92
Итого				144,30	28,10	42,10	50,20	683,00
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ОГУРЦОМ КОНСЕРВИРОВАННЫМ	95	17,74	2,1	0,1	11,9	57
2005	55	СУП ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	215/25/10	43,10	9,2	7,3	17	176
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	205	22,59	4,6	5,5	29,8	187
1981	712	ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ	115	44,25	24,1	12,1	0,9	216
		СОК	200	15,00				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		2,81	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		2,61	2	0,3	12,7	61,2
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1	333	4,00				
2008		ЙОГУРТ	250	27,05	7	6,3	11,3	141
Итого				179,16	51,3	31,8	98,7	909,2
Всего				323,46	79,40	73,90	148,90	1592,20

Повар Син Син А.Д.

Согласовано

Начальник лагеря
МБОУ СОШ №5 Патриот (летний лагерь)
 /Радченко Н.А./

МЕНЮ

3 июня 2021 г.

Летний 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								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	215	44,80	17	28,5	4,9	345
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	10,30	1,1	8,4	7,5	110
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	25,00	7	8,9		110
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	225	16,16	3,5	3	21,9	130
		КИВИ	150	55,50	1,7	0,8	22,1	92
Итого				152,17	30,3	49,6	56,4	787
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, ОГУРЦОМ КОНСЕРВИРОВАННЫМ	100	18,63	2,1	5	11,9	100
2005	55	СУП ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	220/25/10	44,15	9,3	11,2	17,1	211
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	210	23,16	4,7	6	29,9	192
1981	712	ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ	115	44,78	24,1	15	0,9	243
		СОК	200	15,00				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	4,68	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,35	2	0,3	12,7	61
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1	333	4,00				
2008		ЙОГУРТ	250	27,05	7	6,3	11,3	141
Итого				185,80	51,5	44	98,9	1019
Всего				337,97	80,7	85,2	147,8	1696

Повар *Хренова* Хренова О.Ю.