


Согласовано

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

МЕНЮ


4 июня 2021 г.

Летний лагерь

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	14,78	6	10,8	29,7	238
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/10	10,30	1,10	8,4	7,5	110
2008	411	КИСЕЛЬ	180	5,52			9,8	39
2008		АПЕЛЬСИН	234	87,50	2,1	0,5	19	101
Итого				118,10	9,20	19,70	66,00	488,00
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	85	28,53	1,3	0,1	8,4	41
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЮ, ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ	250	34,01	2,1	0,2	10,3	52
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,80	11,5	6,9	51,4	314
2011	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	105	25,47	3,7	0,8	20,9	105
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	45	2,79	0,4		3,2	15
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,45			19,5	78
		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				
		ВАФЛИ 1/100	100	40,00				
2008	442	СОК 1/200	200	35,00	0,5	0,1	9,9	43
Итого				192,47	23,8	8,6	151,4	780,2
Всего				310,57	33,00	28,30	217,40	1268,20

Повар Сен Син А.Д.

Согласовано

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

МЕНЮ

4 июня 2021 г.

Летний лагерь

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	15,43	6,3	11,2	32,2	255
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/10	10,71				
2008	411	КИСЕЛЬ	180	6,21			10,1	40
2008		АПЕЛЬСИН	234	87,50	2,1	0,5	19	101
Итого				119,85	8,4	11,7	61,3	396
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	95	26,39	1,4	8,1	8,5	113
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ	250	37,37	2,1	4,1	11,1	91
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,21	10,3	6,9	46,8	291
2011	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	110	27,94	3,9	2,9	21,8	129
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	55	3,44	0,9	2,3	5,4	46
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,99			20,4	81
		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				
		ВАФЛИ 1/100	100	40,00				
2008	442	СОК 1/200	200	35,00	0,5	0,1	9,9	43
Итого				199,36	23,4	24,9	151,7	926
Всего				319,21	31,8	36,6	213	1322

Повар *Хренова* Хренова О.Ю.