

Согласовано

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

МЕНЮ

22 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	13,09	5,5	6,9	31,7	213
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/10	10,30	1,10	8,4	7,5	110
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	205	12,91	3	2,6	16,2	101
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	24	20,00	5,6	7,2		88
2008		АПЕЛЬСИН	234	87,50	2,1	0,5	19	101
Итого				143,80	17,30	25,60	74,40	613,00
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	70	20,75	1,2	0,1	7,4	36
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	28,57	3,4	0,6	22,7	110
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	210	8,31	7,8	4,9	49,1	272
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ	100	33,10	1,4	0,2	10,6	50
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	45	2,87	0,6		4,1	19
2011	347	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ (АБРИКОСЫ)	200	27,81			13,1	52
		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		ПЕЧЕНЬЕ 1/100	100	40,00				
Итого				170,83	18,7	6,3	134,8	671,2
Всего				314,63	36,00	31,90	209,20	1284,20

Повар Син Син А.Д.

Согласовано

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

МЕНЮ

22 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	13,12	5,5	6,9	32,5	215
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/10	10,30				
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	205	14,68	3	2,6	17,2	106
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	24	20,00	5,6	7,2		88
2008		АПЕЛЬСИН	234	87,50	2,1	0,5	19	101
Итого				145,60	16,2	17,2	68,7	510
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	70	17,18	1,2	2,4	7,4	57
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	255	30,97	3,7	1,9	23,7	127
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	205	8,19	7,6	4,9	48	266
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ	110	34,91	1,6	2,2	11,3	71
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	55	3,75	1,2	1	6,9	43
2011	347	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ (АБРИКОСЫ)	200	27,94			14,6	58
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,85	2,6	0,4	17	82
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1	333	4,00				
2008		ПЕЧЕНЬЕ 1/100	100	40,00				
Итого				172,10	20,2	13	144	775
Всего				317,70	36,4	30,2	212,7	1285

Повар Хренова Хренова О.Ю.