

Утверждаю

Директор

МКОУ СОШ.Малиновка

/Терехова А.И/



МЕНЮ

7 июня 2024 г.

детский летний лагерь 12 и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180/0/10	19,32	8,80	7,70	38,60	253,00
		молоко пастеризованное	200	27,00	5,70	4,70	8,60	95,00
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	3,39	0,40	0,00	14,40	58,00
2008		ЯБЛОКО	200	41,78	0,70	0,70	17,30	83,00
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	15,79	5,90	5,50	15,40	136,00
2008		ВАФЛИ	40	12,80	1,10	1,30	30,90	142,00
Итого				120,08	22,60	19,90	125,20	767,00
обед								
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/0/40	30,70	6,70	13,40	16,00	204,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	33,05	5,30	7,80	27,10	196,00
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	50,44	16,10	34,40	18,90	432,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	25	2,01	0,20	1,20	1,10	15,00
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	21,92	1,10	0,20	21,20	96,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЕЛЫЙ	70	6,30	5,10	0,40	32,00	149,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	400	9,60	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,25	3,30	0,40	21,20	102,00
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	30,32	0,80	6,10	2,40	67,00
Итого				188,59	38,60	63,90	139,90	1 261,00
Всего				308,67	61,20	83,80	265,10	2 028,00

повар

Голянова О.В.

Голянова О.В.