

Утверждаю



Директор
МКОУ СОШ с. Малиновка
/Терехова А.И./

МЕНЮ

6 июня 2024 г.

детский летний лагерь 12 и старше

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	177.1	КАША ПШЕННАЯ	200	57,41	8,10	7,90	25,80	237,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	5,41	0,40	0,00	14,50	60,00
		молоко пастеризованное	200	27,00	5,70	4,70	8,60	95,00
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	21,39	5,90	9,70	15,50	174,00
2008		БАНАН	200	57,00	2,10	0,70	29,40	134,00
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	21,00	4,20	3,80	0,20	49,00
		БУЛОЧКА	100	25,00	0,00	0,10	20,00	122,00
Итого				214,21	26,40	26,90	114,00	871,00
обед								
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250/5/50	22,69	2,20	3,20	15,90	99,00
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	180	17,18	4,10	7,80	41,40	247,00
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНЫЕ	120	30,80	0,20	0,00	0,90	5,00
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	11,03	1,40	4,20	7,30	72,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	25	2,01	0,20	1,20	1,10	15,00
		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	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	23,64	0,00	0,00	18,20	72,00
Итого				127,50	16,50	17,20	138,00	761,00
Всего				341,71	42,90	44,10	252,00	1 632,00

повар

Голянова О.В.