|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБОУ СОШ с. Леонидово - ЛАГЕРЬ* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **21 июня 2021 г.** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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 | 23,24 | 9,6 | 15,9 | 2,4 | 184 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО | 200 | 20,00 |  |  |  |  |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30/0/10 | 4,89 | 2,3 | 3 | 15,1 | 96 |
| 2011 | 377 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 3,83 | 0,3 |  | 14,3 | 59 |
|  |  | АПЕЛЬСИН | 150 | 36,00 | 1 | 0,3 | 9,3 | 49 |
| **Итого** | **87,96** | **13,2** | **19,2** | **41,1** | **388** |
| **Обед** |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 250/5 | 43,78 | 4,1 | 8,7 | 25,5 | 193 |
| 2008 | 181 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 6,61 | 4,2 | 2,4 | 42 | 203 |
| 2011 | 288 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ | 120 | 71,52 | 0,3 |  | 1,7 | 9 |
| 2011 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ №348 | 25 | 2,00 | 0,4 | 0,4 | 2,3 | 15 |
| 2008 |  | ХЛЕБ | 50 | 3,67 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118 |
|  |  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 400 | 5,60 |  |  |  |  |
|  |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,15 |  |  |  |  |
| 2011 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 8,78 |  |  | 18,2 | 72 |
|  |  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ НАРЕЗКА | 100 | 22,17 | 1 | 0,2 | 3,1 | 19 |
|  |  | ГРУША | 337 | 72,16 | 1,1 | 0,8 | 28,5 | 128 |
| **Итого** | **238,44** | **14,9** | **12,8** | **146,4** | **757** |
| **Всего** | **326,40** | **28,1** | **32** | **187,5** | **1145** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.