

Согласовано

директор
МБОУ СОШ с. Леонидово - ЛАГЕРЬ
/Харина О.Е./

МЕНЮ

14 июля 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	32,35	13,5	12,7	48,8	355
2008	434	МОЛОКО	200	25,00				
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/0/10	8,21	1	7	6,9	94
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	2,45	0,1		13,6	54
		БУЛОЧКА КАРАМЕЛЬКА	100	36,00				
		КИВИ	250	45,90				
Итого				149,91	14,6	19,7	69,3	503
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250/5	27,36	2,2	37	15,2	387
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	12,00	3,8	5,1	38,9	212
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	120	8,68	0,1		0,3	1
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	32,16	3,1	7,9	16,7	150
2011	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	25	2,50	1,7	1,3	10,2	57
2008		ХЛЕБ	50	1,98	1,7	0,1	11,3	53
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	400	0,00				
2008		БАНАН	250	36,18	1,3	0,4	17,6	81
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04				
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	10,74			17,8	71
Итого				133,64	13,9	51,8	128	1012
Всего				283,55	28,5	71,5	197,3	1515