

Согласовано

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

МЕНЮ

15 июля 2022 г.

7-11 лет

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								
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180/0/10	19,81	9	8,8	37	257
2008	434	МОЛОКО	200	25,00				
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185/0/15	2,49	0,2		17,3	69
2008		ХЛЕБ	40/10	1,88	1,6	0,1	10,7	51
Итого				49,18	10,8	8,9	65	377
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/0/40	75,87	3,1	14,9	19,3	218
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	16,06	6,8	8,6	29,9	218
2011	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	47,64	1,1	0,9	5,7	35
2008		ХЛЕБ	50	2,36	2	0,2	13,4	63
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	400	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,08				
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	24,40	0,3	0,1	24,1	99
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	28,12	0,8	29	2,2	261
Итого				198,53	14,1	53,7	94,6	894
Всего				247,71	24,9	62,6	159,6	1271