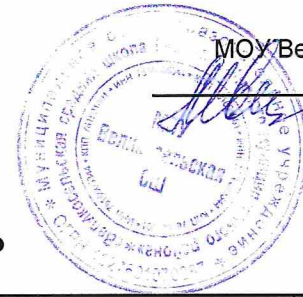


Утверждаю

Директор  
МОУ Великосельская СШ  
/Ежикова М С



**МЕНЮ**  
28 октября 2021 г.

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
1994	149	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	7,4	9,6	33,2	242
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,2	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,1	5,3	27	171
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>15,3</b>	<b>24,4</b>	<b>86,3</b>	<b>618</b>
<b>Обед</b>							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	6,3	8,9	7	129
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	5,6	38,1	224
2006	68	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	50/50	13,2	13,7	4,4	205
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,2	83
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>30,6</b>	<b>29,3</b>	<b>91,7</b>	<b>756</b>
<b>Всего</b>				<b>45,9</b>	<b>53,7</b>	<b>178</b>	<b>1374</b>