

Утверждаю

Директо

МОУ Великосельская СЛ

/Ежикова М С



МЕНЮ

25 октября 2021 г.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г	
Завтрак							
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,2	7,2	19,5	160
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,4	5,6	25,8	171
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				15,3	24,8	83,8	614
Обед							
1994	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	190	5,9	7,7	12,4	137
2006	403	ПЛОВ	170	13	15,7	34,8	322
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2006	588	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ	200	0,7	0,1	28,8	118
Итого				23,9	24,6	104,4	720
Всего				39,2	49,4	188,2	1334