



Утверждаю

начальник лагеря
МБОУ школы-интерната № 3
Филиппова Л.А./

МЕНЮ

1 июня 2021 г.

7-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	9,09	4,2	4,4	12,8	105
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,84	0,2		14,1	56
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	44	5,31				
2008	434	МОЛОКО	200	20,00	5,5	6	8,6	108
2008	442	ВОДА	200	2,80				
2008		ЧЕРЕШНЯ	153	129,74				
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,50	4,2	3,8	0,2	49
Итого				177,28	14,1	14,2	35,7	318
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	235/15	18,61	7,5	8,3	18,8	175
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,28	6,4	5,5	39,2	227
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	100	35,33	13,4	19,3	13,2	547
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	1,28	0,2	1,4	1,7	20
2008	50	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ	100	7,63	1,5	2,9	8,3	64
2008	407	КИСЕЛЬ	200	4,56			23,2	92
2008		ХЛЕБ	79	6,33	3,8	0,5	23,5	1073
Итого				82,02	32,8	37,9	127,9	2198
Всего				259,30	46,9	52,1	163,6	2516