



утверждаю

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

# МЕНЮ

2 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	19,66	6,3	11,8	36,8	270
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,58	0,3		14,3	58
2008		РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	20,00				
2011	03	БАТОН С СЫРОМ И МАСЛОМ	45/30/10	29,34	7,2	17,4	0,1	187
2008		АПЕЛЬСИН	344	70,96				
2008	434	МОЛОКО	200	20,00	5,5	6	8,6	108
2008	442	ВОДА	200	2,80				
<b>Итого</b>				<b>166,34</b>	<b>19,3</b>	<b>35,2</b>	<b>59,8</b>	<b>623</b>
<b>Обед</b>								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	225/15/10	24,26	7,6	11,9	16,7	198
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	19,30	4,8	7,3	25,8	183
1980	634	СЕРДЦЕ В СОУСЕ	74/25	30,29	20,4	11,8	2,4	189
2015	71	ПОМИДОР	98	24,35	1	0,2	3,4	21
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,06			18,2	72
2008		ХЛЕБ	76	6,11	3,6	0,4	22,1	1012
<b>Итого</b>				<b>107,37</b>	<b>37,4</b>	<b>31,6</b>	<b>88,6</b>	<b>1675</b>
<b>Всего</b>				<b>273,71</b>	<b>56,7</b>	<b>66,8</b>	<b>148,4</b>	<b>2298</b>