



Утверждаю

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

МЕНЮ

4 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	15,65	4,6	10,8	16,2	174
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,84	0,2		14,1	56
2005	3	БАТОН С СЫРОМ	45/30	21,34	6,7	8,6		101
		НЕКТАРИН	246	110,72				
2008	434	МОЛОКО	200	20,00	5,5	6	8,6	108
2008	442	ВОДА	200	2,80				
Итого				172,35	17	25,4	38,9	439
Обед								
2014	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С САЙРОЙ	250	24,57	2,3	4	17,6	113
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	205/75	69,86	21,6	23,4	27	392
2015	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	98	20,36	0,8	0,1	2,3	12
1980	931	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	38,60	0,6	0,1	19,1	74
2008		ХЛЕБ	79	6,36	3,8	0,5	23,6	1079
Итого				159,75	29,1	28,1	89,6	1670
Всего				332,10	46,1	53,5	128,5	2109