



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

МЕНЮ

7 июня 2021 г.

7-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	165/35	26,50	14	15	37,4	333
2008	433	КАКАО	200	26,40	3,1	2,8	18,7	116
2008		БАТОН С МАСЛОМ	44/10	13,31	0,1	7,8	0,1	67
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,50	4,2	3,8	0,2	49
2015	338	ГРУША	350	74,90	1,2	0,8	29,5	133
2008	434	МОЛОКО	200	20,00	5,5	6	8,6	108
2008	442	ВОДА	200	2,80				
Итого				172,41	28,1	36,2	94,5	806
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	225/15/10	22,97	7	11,7	9,3	165
2008	265	ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ	200/50	44,74	19,3	41,6	50,4	632
2015	71	ПОМИДОР	100	24,74	1	0,2	3,5	22
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,06			18,2	72
2008		ХЛЕБ	79	6,36	3,8	0,5	23,6	1079
Итого				101,87	31,1	54	105	1970
Всего				274,28	59,2	90,2	199,5	2776