



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

МЕНЮ

15 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	212	МАКАРОННИК	200	17,47	8,2	12,6	51	341
2008	433	КАКАО	200	26,40	3,1	2,8	18,7	116
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	44	5,31				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,04	7,1	9,1		113
		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				162,92	25,1	31,3	107,8	811
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	225/15/10	22,58	6,8	11,6	11,8	174
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,67	4,3	5,3	42,9	231
2011	562	ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	85/15	40,50	15,3	40,1	3,2	417
2015	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	101	20,84	0,8	0,1	2,3	13
2008	438	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	20,29			21,8	86
2008		ХЛЕБ	80	6,40	3,9	0,5	23,8	1091
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	35,00				
Итого				155,28	31,1	57,6	105,8	2012
Всего				318,20	56,2	88,9	213,6	2823