

Согласовано

Директор
МОУ Великосельская СШ
/Ежикова М С /**МЕНЮ**
15 июня 2022 г.**ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ**
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-18 ЛЕТ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	ТАБЛИЦА 4 СТР.149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8,1	9,7	31,4	240
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16	82
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				11,1	19,2	71	499
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С МЯСОМ)	200	1,9	4	11,4	87
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	20	137
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	10,1	8,3	11,8	157
		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО	30	0,9	0,1	1,8	11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16	82
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				20,6	18,8	87	589
Всего				31,7	38	158	1088