

Согласовано


 Директор  
 МОУ Великосельская СШ  
 /Ежикова М С

# МЕНЮ

21 июня 2022 г.

## ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

Возрастная категория 7-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,4	6	20,4	165
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	1	19,9	102
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
<b>Итого</b>				<b>8,5</b>	<b>15,3</b>	<b>54,1</b>	<b>397</b>
<b>Обед</b>							
2006	169	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,9	6,7	67
2006	403	ПЛОВ С МЯСОМ	150	11,3	12,1	29,2	276
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3	0,1	1	6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	1	19,9	102
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
		Сочник с творогом	100	10,4	15,7	54,5	424
<b>Итого</b>				<b>28,5</b>	<b>33,1</b>	<b>137,3</b>	<b>990</b>
<b>Всего</b>				<b>37</b>	<b>48,4</b>	<b>191,4</b>	<b>1387</b>