


 Утверждаю  
 директор  
 МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
 /Груздева В.В./

## МЕНЮ

5 июня 2023 г.

### Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,52	7,5	10,4	26,6	231
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	17,84	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,12	6,1	12,7	23,9	235
Итого		53,47	19,6	29,3	77,1	654
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	110	14,75	0,4	0,4	10,8	52
ПИРОЖНОЕ	38	16,78	1,9	3,1	23,8	103
Итого		31,53	2,3	3,5	34,6	155
<b>Обед</b>						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	15,91	5,9	6,3	10,4	123
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	100	34,26	18	23,1	13,6	333
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	6,51	5,5	5,5	33,9	207
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	4,88	0,1		24,8	99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	6,30	0,4		1,2	7
Итого		70,06	32,5	35,4	99,7	848
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	200	11,94	3,5	3,1	5,6	71
Итого		11,94	3,5	3,1	5,6	71
Всего		167,00	57,9	71,3	217	1728

Зав. производством (шеф-повар)



Кротова Л.А.



Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ"  
/Груздева В.В./

## МЕНЮ

5 июня 2023 г.

### летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	18,34	7,4	10,4	25,5	227
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	17,68	6,1	6,2	27,2	191
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	15,12	4,4	11,8	15,1	184
<b>Итого</b>				<b>51,14</b>	<b>17,9</b>	<b>28,4</b>	<b>67,8</b>	<b>602</b>
<b>Обед</b>								
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	19,77	8,4	10	15,5	185
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	100	40,19	18,5	26,7	14,5	371
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	<del>190</del>	7,98	6,9	5,8	42,2	248
2011	349	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,59	0,1		24,3	97
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	<del>30</del>	1,50	1,8	0,3	10,8	54
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,50	1	0,2	20,2	86
2008		БАТОН	30	2,44	2,3	0,9	14,8	77
2008		КОНФЕТА	15	7,62	0,2	1	11,9	58
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	<del>100</del>	9,27	0,8	0,1	2,8	18
<b>Итого</b>				<b>110,86</b>	<b>40</b>	<b>45</b>	<b>157</b>	<b>1194</b>
<b>Всего</b>				<b>162,00</b>	<b>57,9</b>	<b>73,4</b>	<b>224,8</b>	<b>1796</b>

повар

*Кротова Л.А.*

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
Груздева В.В./

# МЕНЮ

6 июня 2023 г.

## Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,29	7,5	10,5	25,5	228
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,03	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,2	12,6	25,2	238
Итого		53,64	20,3	29,9	75,7	656
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	100	13,37	0,4	0,4	9,8	47
ПЕЧЕНЬЕ	30	7,57	2,2	2,8	21,9	122
Итого		20,94	2,6	3,2	31,7	169
<b>Обед</b>						
СУП РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	14,71	5,5	6,4	11,3	126
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	36,74	14	35,8	3	391
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,11	8,3	7,6	38	254
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,21	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	4,87	2,6	0,5	15,8	79
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	6,40	0,4		1,2	7
Итого		74,98	31	50,3	85,2	921
<b>Полдник</b>						
СОК	200	17,44	1	0,2	20,2	86
Итого		17,44	1	0,2	20,2	86
Всего		167,00	54,9	83,6	212,8	1832

Зав. производством (шеф-повар)



Кротова Л.А.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОУ «Вышеславская ОШ»

В.В.Груздева

## МЕНЮ

От 06 июня 2023 года МОУ «Вышеславская ОШ»

Летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, Руб.	Энергетическая ценность, ккал	Химический состав		
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
<b>Завтрак</b>								
2008	96	Рассольник ленинградский с курой	250	21,00	202	7,9	10	19,9
2008	259	Гуляш из свинины	100	40,40	483	16,3	43,4	6,8
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,27	247	4,3	5,5	45,2
2008	430	Чай с сахаром	200	2,22	66	0,2	0	16,2
2008		Хлеб ржаной	30	1,50	54	1,8	0,3	10,8
2008		Батон нарезной	20	1,38	44	1,3	0,5	8,4
		Огурец свежий порционно	100	9,00	10	0,6	0,1	1,7
		конфета	40	20,95	160	0,6	2,9	32,7
		<b>итого</b>		<b>106,72</b>				
<b>обед</b>								
2008	418	Каша ячневая молочная жидкая	200	18,27	230	7,5	10,5	25,9
2008	432	Какао с молоком	200	19,09	192	6,7	6,9	25,4
2011	3	Бутерброд с сливочным маслом, сыром	50	17,92	233	5,6	13,8	21,3
		<b>итого</b>		<b>55,28</b>				
		<b>Всего за день</b>		<b>162,00</b>				

Зав. столовой:


Шитихина Л.Н.

## МЕНЮ

7 июня 2023 г.

### Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	21,18	11,1	11,7	38,2	304
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	17,33	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	15,68	4,6	12	15,1	187
Итого		54,19	21,7	29,9	79,9	679
<b>Завтрак 2</b>						
ЯБЛОКО	106	14,16	0,4	0,4	10,4	50
ВАФЛИ	35	22,38	1	1,2	27,1	124
Итого		36,54	1,4	1,6	37,5	174
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	12,16	8,5	6,7	15,2	154
ПЛОВ	190	32,89	13,2	31,2	37	483
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,16	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
БАТОН	20	1,65	1,5	0,6	10	52
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	90	7,20	0,4	0,1	1,4	8
Итого		58,27	26,4	39,1	95,3	840
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	200	18,00	5,6	5	9	113
Итого		18,00	5,6	5	9	113
Всего		167,00	55,1	75,6	221,7	1806

Зав. производством (шеф-повар)  Кротова Л.А.

Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ"  
/Груздева В.В./

# МЕНЮ

7 июня 2023 г.

## летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	18,70	7,8	10,8	20,8	214
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	17,68	6,1	6,2	27,2	191
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	15,89	5	11,8	18,3	201
<b>Итого</b>				<b>52,27</b>	<b>18,9</b>	<b>28,8</b>	<b>66,3</b>	<b>606</b>
<b>Обед</b>								
2011	88	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	15,24	9,6	10	15,8	192
2011	128	ПЛОВ СО СВИНИНОЙ	200	47,00	19,7	45,7	42,3	660
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,22	0,2		16,2	66
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	100	12,63	1	0,2	3,4	22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,50	1,8	0,3	10,8	54
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,50	1	0,2	20,2	86
2008		КОНФЕТЫ	23	12,14	0,3	1,7	19	93
2008		БАТОН	20	1,50	1,4	0,5	9,1	47
<b>Итого</b>				<b>109,73</b>	<b>35</b>	<b>58,6</b>	<b>136,8</b>	<b>1220</b>
<b>Всего</b>				<b>162,00</b>	<b>53,9</b>	<b>87,4</b>	<b>203,1</b>	<b>1826</b>

повар

*Кротова Л.А.*

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
"Вышеславская ОШ" / Груздева В.В. /

# МЕНЮ

8 июня 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	20,51	8,5	10,8	33,6	268
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	18,88	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,2	12,6	25,2	238
Итого		56,71	21,3	30,2	83,8	696
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	114	15,34	0,5	0,5	11,2	54
ПЕЧЕНЬЕ	30	11,00	2,2	2,8	21,9	122
Итого		26,34	2,7	3,3	33,1	176
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	12,57	5,4	6,4	8,7	114
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ ФИЛЕ	100	23,63	13,8	17	14,8	268
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	15,38	3,7	5,8	22	155
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	5,01	0,1		24,8	99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,15	2,6	0,5	15,8	79
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	7,20	0,4	0,1	1,4	8
Итого		65,94	26	29,8	87,5	723
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	200	18,00	5,6	5	9	113
Итого		18,00	5,6	5	9	113
Всего		167,00	55,6	68,3	213,4	1708

Зав. производством (шеф-повар)



Кротова Л.А.

Утверждаю



директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./

# МЕНЮ

8 июня 2023 г.

## летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	19,98	8,5	10,8	34,2	270
2008	432	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	19,49	6,7	6,9	25	191
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	9,56	5,4	11,6	19	203
<b>Итого</b>				<b>49,03</b>	<b>20,6</b>	<b>29,3</b>	<b>78,2</b>	<b>664</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ ОВОЩЕЙ	250	16,35	7,2	7,4	11,1	142
2011	282	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	100	43,68	21,7	26	16	384
2011	203	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	18,38	4,3	7,1	26,5	188
2011	349	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,59	0,1		24,3	97
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	100	9,27	0,6	0,1	1,9	11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,50	1,8	0,3	10,8	54
2008		БАТОН	19	1,54	1,4	0,6	9,3	48
2008		КОНФЕТЫ	31	17,66	0,5	2,2	25,3	123
<b>Итого</b>				<b>112,97</b>	<b>37,6</b>	<b>43,7</b>	<b>125,2</b>	<b>1047</b>
<b>Всего</b>				<b>162,00</b>	<b>58,2</b>	<b>73</b>	<b>203,4</b>	<b>1711</b>

повар

*Кротова Л.А.*

Кротова Л.А.



Утверждаю



директор

МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад

/Груздева В.В./

# МЕНЮ

9 июня 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ГЕРКУЛЕС	200	18,92	8	11,4	24,5	235
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	16,48	5,8	6,2	25,7	183
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,3	12,8	25,2	241
Итого		52,73	20,1	30,4	75,4	659
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	123	16,52	0,5	0,5	12,1	58
Итого		16,52	0,5	0,5	12,1	58
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	13,93	5,6	6,5	14,5	140
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	180	59,32	31,2	19,9	49,8	505
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	200	4,86			25,1	101
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		80,31	39,4	26,9	105,2	825
<b>Полдник</b>						
СОК	200	17,44	1	0,2	20,2	86
Итого		17,44	1	0,2	20,2	86
Всего		167,00	61	58	212,9	1628

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ"  
Груздева В.В./



## МЕНЮ

9 июня 2023 г.

### летний оздоровительный лагерь

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,54	7,7	11,3	23,5	228
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,82	6,1	6,2	27,2	191
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	16,19	5,2	12,1	18,3	203
<b>Итого</b>				<b>52,55</b>	<b>19</b>	<b>29,6</b>	<b>69</b>	<b>622</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	18,92	7,7	7,7	19,3	178
2008	331	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	55,21	33,4	23,4	48,2	543
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	5,53			27,3	109
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,50	1,8	0,3	10,8	54
2008		БАТОН	18	1,50	1,4	0,5	9,1	47
2008		ПЕРСИКИ	98	17,18	0,9	0,1	9,3	44
2008		КОНФЕТЫ	17	9,61	0,3	1,2	13,8	67
<b>Итого</b>				<b>109,45</b>	<b>45,5</b>	<b>33,2</b>	<b>137,8</b>	<b>1042</b>
<b>Всего</b>				<b>162,00</b>	<b>64,5</b>	<b>62,8</b>	<b>206,8</b>	<b>1664</b>

повар

Кротова Л.А.



Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
Груздева В.В./

# МЕНЮ

13 июня 2023 г.

## Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,49	7,8	10,5	26,2	232
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	17,29	6,1	6,5	24,8	184
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50/	17,33	6,3	12,8	25,2	241
Итого		53,10	20,2	29,8	76,2	657
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	110	14,75	0,4	0,4	10,8	52
ПЕЧЕНЬЕ	30	11,00	2,2	2,8	21,9	122
Итого		25,75	2,6	3,2	32,7	174
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	13,57	5,5	6,4	7,8	111
ЁЖИКИ С МЯСОМ И РИСОМ	80	30,59	15,2	18,9	10,2	272
КАА ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,05	8,3	11,3	37,9	287
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,88	0,1		24,8	99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	7,50	0,5	0,1	1,5	8
Итого		72,78	32,2	37,2	98	856
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	180	5,37	4,9	4,4	7,9	99
Итого		15,37	4,9	4,4	7,9	99
Всего		167,00	59,9	74,6	214,8	1786

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.



Утверждаю  
директор  
МОУ "Вышеславская ОШ"  
Груздева В.В./

# МЕНЮ

13 июня 2023 г.

## летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,33	7,6	10,4	24,9	226
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	19,22	6,7	6,9	25,4	192
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	18,70	6,3	14,1	26,1	258
<b>Итого</b>				<b>56,25</b>	<b>20,6</b>	<b>31,4</b>	<b>76,4</b>	<b>676</b>
<b>Обед</b>								
2011	99	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	17,32	7,4	9,7	9,8	157
2008	304	ЁЖИКИ С МЯСОМ И РИСОМ	105	38,00	17,6	20,4	13,9	309
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,20	9,9	7,4	44,9	285
2011	349	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	5,20	0,1		25,3	101
2008		ПОМИДОР ПОРЦИОННО	54	6,55	0,6	0,1	2,1	13
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,50	1,8	0,3	10,8	54
2008		БАТОН	21	1,73	1,6	0,6	10,5	54
2008	442	КОНФЕТЫ	32	18,18	0,5	2,3	26	127
2008		ВАФЛИ	15	0,00	0,4	0,5	11,6	53
<b>Итого</b>				<b>7,07</b>	<b>39,9</b>	<b>41,3</b>	<b>154,9</b>	<b>1153</b>
<b>Всего</b>				<b>762,00</b>	<b>60,5</b>	<b>72,7</b>	<b>231,3</b>	<b>1829</b>

повар Кротова Л.А. Кротова Л.А.

Утверждаю  
 директор  
 МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
 «Вышеславская» /Груздева В.В./

## МЕНЮ

14 июня 2023 г.

### Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,54	7,5	10,5	25,5	228
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	17,96	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,3	12,8	25,2	241
Итого		53,82	19,8	29,5	77,3	657
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	132	17,70	0,5	0,5	12,9	62
ПИРОЖНОЕ	38	16,78	1,9	3,1	23,8	103
Итого		34,48	2,4	3,6	36,7	165
<b>Обед</b>						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	13,11	5,3	6,4	8,6	113
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	38,03	12,8	32,7	19,1	424
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,88	0,1		24,8	99
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	7,50	0,5	0,1	1,5	8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,06	2,5	0,5	14,9	74
Итого		65,57	21,2	39,7	68,9	718
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	150	13,13	4,2	3,8	6,8	85
Итого		13,13	4,2	3,8	6,8	85
Всего		167,00	47,6	76,6	189,7	1625

Зав. производством (шеф-повар)

*Кротова Л.А.*

Кротова Л.А.



Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ"  
Груздева В.В./

# МЕНЮ

14 июня 2023 г.

## летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	18,05	7,4	10,5	23,1	219
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	17,68	6,1	6,2	27,2	191
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	16,16	5,3	12	19,9	210
<b>Итого</b>				<b>51,89</b>	<b>18,8</b>	<b>28,7</b>	<b>70,2</b>	<b>620</b>
<b>Обед</b>								
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	17,64	7,4	9,7	12,8	170
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	210	47,97	18,3	42,9	18,5	535
2011	349	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,59	0,1		24,3	97
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	100	8,40	0,6	0,1	1,7	10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,50	1,8	0,3	10,8	54
2008		БАТОН	20	1,61	1,5	0,6	9,8	51
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,50	1	0,2	20,2	86
2008		ВАФЛИ	15	10,90	0,4	0,5	11,6	53
<b>Итого</b>				<b>99,21</b>	<b>31,1</b>	<b>54,3</b>	<b>109,7</b>	<b>1056</b>
<b>Всего</b>				<b>152,00</b>	<b>49,9</b>	<b>83</b>	<b>179,9</b>	<b>1676</b>

повар Кротова Л.А. Кротова Л.А.

Утверждаю  
 директор  
 МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
 Груздева В.В./

## МЕНЮ

19 июня 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200	18,63	8	11,4	24,5	235
КАКАО С МОЛОКОМ	200	19,41	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,3	12,8	25,2	241
Итого		55,37	20,9	31	74,7	666
<b>Завтрак 2</b>						
ЯБЛОКО	154	20,65	0,6	0,6	15,1	72
Итого		20,65	0,6	0,6	15,1	72
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	15,21	5,7	6,5	15	142
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	165	53,68	29,2	18,8	40	448
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	5,89			29	116
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		76,97	37,5	25,8	99,8	785
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	150	13,99	4,2	3,8	6,8	85
Итого		13,99	4,2	3,8	6,8	85
Всего		167,00	63,2	61,2	196,4	1608

Зав. производством (шеф-повар)

*Кротова Л.А.*

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

Груздева В.В./



# МЕНЮ

19 июня 2023 г.

## летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200	18,42	7,7	11,3	23,5	228
2008	432	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	19,10	6,7	6,9	25,4	192
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	16,42	5,6	12,1	21,5	218
<b>Итого</b>				<b>53,94</b>	<b>20</b>	<b>30,3</b>	<b>70,4</b>	<b>638</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	20,99	7,9	7,8	19,3	180
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	205	55,09	34,2	22,7	54,6	566
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	5,53			27,3	109
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,50	1,8	0,3	10,8	54
2008		БАТОН	21	1,73	1,6	0,6	10,5	54
2008		КОНФЕТЫ	40	23,22	0,6	2,9	32,7	160
<b>Итого</b>				<b>108,06</b>	<b>46,1</b>	<b>34,3</b>	<b>155,2</b>	<b>1123</b>
<b>Всего</b>				<b>162,00</b>	<b>66,1</b>	<b>64,6</b>	<b>225,6</b>	<b>1761</b>

повар

Кротова Л.А.



Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
Груздева В.В./



**МЕНЮ**  
20 июня 2023 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	19,15	7,5	10,4	26,6	231
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	17,36	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,32	6,3	12,8	25,2	241
Итого		53,83	19,8	29,4	78,4	660
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	106	14,16	0,4	0,4	10,4	50
ПИРОЖНОЕ	22	9,84	1,1	1,8	13,8	60
Итого		24,00	1,5	2,2	24,2	110
<b>Обед</b>						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	16,12	6,2	6,3	11,9	130
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	80/30	33,32	17,8	22,7	14,1	331
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	7,31	5,5	5,5	33,9	207
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	5,01	0,1		24,8	99
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	56	7,20	0,4	0,1	1,4	8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		71,77	32,6	35,1	101,9	854
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	200	18,00	5,6	5	9	113
Итого		18,00	5,6	5	9	113
Всего		167,00	59,5	71,7	213,5	1737

Зав. производством (шеф-повар)

*Л.А. Кротова*

Кротова Л.А.

Утверждаю



директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

Груздева В.В./

# МЕНЮ

20 июня 2023 г.

## летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	18,35	7,4	10,4	25,5	227
2008	433	НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ НА МОЛОКЕ	200	17,69	6,1	6,2	27,2	191
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	17,58	5,2	13,6	19,2	222
<b>Итого</b>				<b>53,62</b>	<b>18,7</b>	<b>30,2</b>	<b>71,9</b>	<b>640</b>
<b>Обед</b>								
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	21,53	8,3	10	15,8	187
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	105	40,70	19,1	26,7	18,5	389
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	210	8,55	7,9	6	48,2	278
2011	349	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	5,20	0,1		25,3	101
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	106	13,64	0,8	0,1	2,6	15
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,53	1,8	0,3	10,8	54
2008		БАТОН	20	1,54	1,4	0,5	9,1	47
2008		КОНФЕТЫ	27	15,67	0,4	1,9	22,1	108
<b>Итого</b>				<b>108,39</b>	<b>39,8</b>	<b>45,5</b>	<b>152,4</b>	<b>1179</b>
<b>Всего</b>				<b>162,00</b>	<b>58,5</b>	<b>75,7</b>	<b>224,3</b>	<b>1819</b>

повар

Кротова Л.А.



директор  
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
Груздева В.В./

**МЕНЮ**  
21 июня 2023 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,32	7,5	10,5	25,5	228
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,06	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50,	17,33	6,2	12,6	25,2	238
Итого		53,70	20,3	29,9	75,7	656
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	117	15,73	0,5	0,5	11,5	55
ПЕЧЕНЬЕ	30	11,00	2,2	2,8	21,9	122
Итого		26,73	2,7	3,3	33,4	177
<b>Обед</b>						
СУП РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	16,41	5,7	6,4	12,8	133
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	31,26	14	35,8	3	391
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,11	8,3	7,6	38	254
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,21	0,2		15,9	64
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	6,00	0,4		1,2	7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		68,20	31,2	50,3	86,7	928
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	200	18,34	5,6	5	9	113
Итого		18,34	5,6	5	9	113
Всего		164,00	59,8	88,5	204,8	1874

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.

Утверждаю



директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./

# МЕНЮ

21 июня 2023 г.

## летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	18,18	7,3	10,4	24,5	223
2008	432	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	19,09	6,7	6,9	25,4	192
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	17,65	5,3	13,7	19,7	225
<b>Итого</b>				<b>54,92</b>	<b>19,3</b>	<b>31</b>	<b>69,6</b>	<b>640</b>
<b>Обед</b>								
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	22,87	8	10	20,5	205
2008	259	ГУЛЯШ	100	46,58	21,1	28,2	6,7	364
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,19	4,3	5,5	45,2	247
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,22	0,2		16,2	66
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	4,53	0,3		0,9	5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,91	1,8	0,3	10,8	54
2008		БАТОН	20	1,28	1,2	0,5	7,7	40
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,50	1	0,2	20,2	86
<b>Итого</b>				<b>107,08</b>	<b>37,9</b>	<b>44,7</b>	<b>128,2</b>	<b>1067</b>
<b>Всего</b>				<b>162,00</b>	<b>57,2</b>	<b>75,7</b>	<b>197,8</b>	<b>1707</b>

повар

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
Груздева В.В./



**МЕНЮ**  
22 июня 2023 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	19,23	7,9	10,7	30,3	251
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,00	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,2	12,6	25,2	238
Итого		53,56	20,1	29,5	82,1	677
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	176	23,60	0,7	0,7	17,3	83
ВАФЛИ	30	12,44	0,8	1	23,2	106
Итого		36,04	1,5	1,7	40,5	189
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	14,56	5,4	6,3	9,7	119
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ ФИЛЕ	80	23,73	13,9	17	15,2	270
ПИРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	160	13,82	3,4	5,6	21	148
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,88	0,1		24,8	99
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	4,00	0,2		0,8	4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		63,19	25,6	29,4	87,3	719
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	200	14,21	5,6	5	9	113
Итого		14,21	5,6	5	9	113
Всего		167,00	52,8	65,6	218,9	1698

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ"  
/Груздева В.В./



# МЕНЮ

22 июня 2023 г.

## летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	19,46	8,4	10,8	33,5	267
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	17,65	6,1	6,2	26,8	189
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	16,01	5,2	11,9	19	205
<b>Итого</b>				<b>53,12</b>	<b>19,7</b>	<b>28,9</b>	<b>79,3</b>	<b>661</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ ОВОЩЕЙ	250	17,01	6,8	6,6	10,9	131
2011	282	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	90	42,98	21,3	23,8	15,9	362
2011	203	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	22,02	4,2	7,1	26,3	187
2011	349	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	5,20	0,1		25,3	101
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННО	100	8,73	0,8	0,1	2,7	17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,50	1,8	0,3	10,8	54
2008		БАТОН	20	1,54	1,4	0,6	9,3	48
2008		КОНФЕТЫ	17	9,90	0,3	1,2	13,8	67
<b>Итого</b>				<b>108,88</b>	<b>36,7</b>	<b>39,7</b>	<b>115</b>	<b>967</b>
<b>Всего</b>				<b>162,00</b>	<b>56,4</b>	<b>68,6</b>	<b>194,3</b>	<b>1628</b>

повар

*Л.А. Кротова*

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
Груздева В.В./



**МЕНЮ**  
23 июня 2023 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	21,63	11,1	11,7	38,2	304
КАКАО С МОЛОКОМ	200	19,83	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	15,68	4,6	12	15,1	187
Итого		57,13	22,3	30,5	78,3	681
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	121	16,23	0,5	0,5	11,9	57
ПЕЧЕНЬЕ	30	11,00	2,2	2,8	21,9	122
Итого		27,23	2,7	3,3	33,8	179
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	16,20	6	6,5	16	148
ПЛОВ	210	39,05	17,3	24	38,5	441
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	6,00	0,4		1,2	7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,09	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
БАТОН	20	1,65	1,5	0,6	10	52
Итого		67,18	28	31,6	97,4	791
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	180	15,46	4,9	4,4	7,9	99
Итого		15,46	4,9	4,4	7,9	99
Всего		167,00	57,9	69,8	217,4	1750

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ"  
Груздева В.В./



# МЕНЮ

23 июня 2023 г.

## летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	19,00	8,2	10,9	22,7	224
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	19,18	6,7	6,9	26,3	196
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	15,89	5	11,8	18,3	201
<b>Итого</b>				<b>54,07</b>	<b>19,9</b>	<b>29,6</b>	<b>67,3</b>	<b>621</b>
<b>Обед</b>								
2011	88	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	18,86	6,4	6,6	17,9	158
2011	128	ПЛОВ С КУРИНОЙ ГРУДКОЙ ФИЛЕ	195	49,46	23	25,2	41,7	486
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	67	8,18	0,5	0,1	1,7	9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,02	0,1		17	69
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,50	1,8	0,3	10,8	54
2008		БАТОН	18	1,50	1,4	0,5	9,1	47
2008		СЛИВА	56	9,41	0,5	0,2	5,4	28
2008		ВАФЛИ	50	17,00	1,4	1,7	38,7	177
<b>Итого</b>				<b>107,93</b>	<b>35,1</b>	<b>34,6</b>	<b>142,3</b>	<b>1028</b>
<b>Всего</b>				<b>162,00</b>	<b>55</b>	<b>64,2</b>	<b>209,6</b>	<b>1649</b>

повар Кротова Л.А. Кротова Л.А.



Утверждаю

директор  
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад  
Груздева В.В./



**МЕНЮ**  
26 июня 2023 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	19,41	7,8	10,5	26,2	232
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	16,62	5,8	6,2	25,7	183
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	13,90	8,6	13,7	40,2	319
Итого		49,93	22,2	30,4	92,1	734
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	176	23,60	0,7	0,7	17,3	83
Итого		23,60	0,7	0,7	17,3	83
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	20,04	6,6	6,6	18,4	161
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	170	54,42	30,1	19,1	37,7	446
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,16	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,86	3,4	0,6	20,6	103
Итого		79,47	40,3	26,3	92,6	774
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	120	14,20	4,5	4	7,2	90
Итого		14,20	4,5	4	7,2	90
Всего		169,00	67,7	61,4	209,2	1681

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.