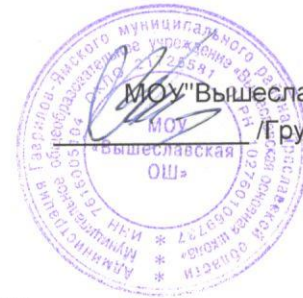


Утверждаю

директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./



МЕНЮ

4 июня 2024 г.

летний оздоровительный лагерь

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	18,71	7,50	10,40	25,60	227,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	19,06	6,70	6,90	25,40	192,00
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С-МАСЛОМ И СЫРОМ	50/10/10	19,04	5,60	13,90	21,70	235,00
Итого				56,81	19,80	31,20	72,70	654,00
Обед								
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	16,51	6,20	8,20	16,20	164,00
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	100	49,65	18,30	26,30	14,90	369,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	185	8,00	7,00	5,70	42,30	248,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	8,65	0,40	0,10	1,20	7,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,63	0,10	0,00	24,30	97,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,55	2,00	0,40	11,70	59,00
2008		БАТОН	20	1,74	1,60	0,60	10,30	53,00
2008		ВАФЛИ	26	20,46	0,70	0,90	20,50	94,00
Итого				111,19	36,30	42,20	141,40	1 091,00
Всего				168,00	56,10	73,40	214,10	1 745,00

повар

Кротова Л.А.

Утверждаю



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

МЕНЮ

4 июня 2024 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,69	7,66	10,41	26,73	231,99
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	17,05	6,03	6,21	26,70	188,25
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	18,28	6,22	12,73	25,13	241,05
Итого		54,02	19,91	29,35	78,56	661,29
Завтрак 2						
ЯБЛОКО	100	15,17	0,41	0,41	10,06	48,27
ВАФЛИ	7	5,33	0,19	0,22	5,15	23,60
Итого		20,50	0,60	0,63	15,21	71,87
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	14,28	5,21	6,41	8,41	112,50
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	75/30	40,21	17,10	22,18	13,52	322,17
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	7,93	5,57	5,45	33,88	206,82
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	9,07	0,40	0,05	1,25	6,97
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,88	0,08	0,00	24,74	99,24
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,09	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого		78,46	31,00	34,57	97,64	826,90
Полдник						
ЙОГУРТ	190	14,03	4,67	4,17	7,52	94,18
Итого		14,03	4,67	4,17	7,52	94,18
Всего		167,00	56,18	68,72	198,93	1 654,24

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.