

Утверждаю


0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 662 Кронштадтского района ШКОЛА
Начальник лагеря
/Фурсова Т. Н./



МЕНЮ
25 марта 2024 г.

Летний лагерь

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	1,73	9,29	15,50	154,90	0,00
2008	184	КАША БОЯРСКАЯ	155	6,33	21,54	31,12	338,52	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2008		ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			700	9,50	32,42	91,29	697,21	15,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00
2008	96	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/10	1,40	6,81	9,51	112,68	48,74
2008	378	РЫБА ОТВАРНАЯ С СОУСОМ ПОЛЬСКИМ	85/30	1,22	18,23	1,11	174,54	0,73
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	2,09	5,29	21,48	149,16	10,28
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1,01	0,06	16,67	72,10	0,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,48	0,14	11,87	57,11	0,00
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,68	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			813	9,36	31,46	77,08	651,99	63,55
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	100	11,34	6,47	51,79	313,66	0,06
		СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД УП	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	91	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Итого			391	12,14	6,67	59,29	351,66	15,26
Всего				31,00	70,55	227,66	1 700,86	93,81

Диетсестра 

Синичкина Л. В.