

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 марта 2024 г.

Летний лагерь

Сборник рецептов	№ 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	1,80	8,66	16,12	152,05	0,00
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	180	6,59	3,32	36,95	204,41	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,16	4,17	12,31	90,66	0,00
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
		ТВОРОГ В ИНД УПАК	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00
Итого			700	15,74	17,44	100,72	617,82	90,00
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,65	4,98	2,24	69,19	36,36
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/10	1,44	4,18	12,38	107,19	5,30
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦОМ	100	2,79	5,94	12,53	123,83	0,27
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,08	4,68	19,44	134,38	8,93
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,13	0,01	7,01	31,07	2,30
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,75	0,90	16,04	81,74	0,00
Итого			800	10,84	20,99	82,34	608,60	53,16
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	4,96	7,18	70,76	380,81	0,10
		МОЛОКО В ИНД УПАК	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			400	6,46	7,68	91,76	476,81	4,12
Всего				33,04	46,11	274,82	1 703,23	147,28

/Диетсестра

Синичкина Л. В.