

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 марта 2024 г.

Летний лагерь

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	55	1,83	5,01	33,96	187,70	10,32
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150/10	28,98	15,18	40,65	392,52	0,35
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	0,28	0,01	7,28	31,89	1,58
2008		ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЗЕФИР	50	3,59	4,56	35,45	197,40	0,00
	ТК№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Итого			700	35,48	24,96	124,84	847,51	27,45
Обед								
2008	27	САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ	60	5,29	11,65	1,83	146,50	3,28
2008	101	СУП - ЛАПША ДОМАШНЯЯ С ПТИЦЕЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/2	1,68	3,92	11,01	95,55	1,42
2008	316	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100	3,46	11,94	11,48	163,94	0,00
2008	338	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ (КАПУСТА ЦВЕТНАЯ) С МАСЛОМ	150	0,03	4,16	0,04	37,73	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	10,41	44,63	1,61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,65	0,85	15,11	77,03	0,00
Итого			792	14,27	32,98	62,58	626,58	6,31
Полдник								
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ	100	4,04	5,34	44,49	249,72	1,50
		СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД УП	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Итого			400	4,44	5,68	54,88	296,96	3,51
Всего				54,19	63,62	242,30	1 771,05	37,27

Диетсестра

Синичкина Л. В.