

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,92	9,32	14,79	165,80	0,00
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ"	150	6,83	9,03	40,51	266,77	0,96
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,08	1,88	18,95	97,73	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	200	3,86	1,29	53,97	246,72	25,70
2008		ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			760	21,69	25,44	157,98	943,82	26,66
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,67	5,33	4,14	80,55	5,25
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ,ПТИЦЕЙ, ГРЕНКАМИ,ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/20	8,30	7,84	49,06	320,36	4,15
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	250	2,56	1,13	24,17	129,06	10,16
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,12	0,12	15,11	62,76	1,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,66	0,86	15,21	77,55	0,00
Итого			810	15,31	15,58	120,39	731,48	20,79
Полдник								
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	100	8,37	4,37	63,10	334,50	0,00
		СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД УП	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			400	8,97	4,87	78,60	405,00	3,00
Всего				45,97	45,89	356,97	2 080,30	50,45

/Диетсестра

Синичкина Л. В.