

Согласовано

И.о. директора
МАОУ "СОШ С. Раздольное"

_____/Мугаттарова Юлия Викторовна/

МЕНЮ

10 июня 2022 г.

летний оздоровительный лагерь

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	22,5	15,8	18,4	312
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	2,2	2,6	16,7	98
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,5	8,6	14,8	146
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,9	115
		ФРУКТ	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				28,3	27,4	85,9	714
Обед							
2008	62	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	0,6	0,1	0,3	5
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	12,9	12	27,5	270
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	200	10,1	6,8	106,8	529
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	25,4	25,7		332
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,3	1,4	1,8	21
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ	30	2	0,4	11,9	59
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
Итого				52,8	46,5	177,7	1340
Всего				81,1	73,9	263,6	2054

повар _____ Ларионова Екатерина Владимировна

Согласовано

И.о. директора
МАОУ "СОШ С. Раздольное"

_____/Мугаттарова Юлия Викторовна/

МЕНЮ

10 июня 2022 г.

летний лагерь труда и отдыха

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	22,5	15,8	18,4	312
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	2,2	2,6	16,7	98
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,5	8,6	14,8	146
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,9	115
		ФРУКТ	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				28,3	27,4	85,9	714
Обед							
2008	62	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	0,6	0,1	0,3	5
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	16,6	15,8	27,5	319
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	200	10,1	6,8	106,8	529
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,3	1,4	1,8	21
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	25,4	25,7		332
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ	30	2	0,4	11,9	59
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
Итого				56,5	50,3	177,7	1389
Всего				84,8	77,7	263,6	2103

повар _____ Ларионова Екатерина Владимировна

Согласовано

И.о. директора
МАОУ "СОШ С. Раздольное"

_____/Мугаттарова Юлия Викторовна/

МЕНЮ

10 июня 2022 г.

летний профильный лагерь "Творческий"

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	22,5	15,8	18,4	312
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	2,2	2,6	16,7	98
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,5	8,6	14,8	146
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,9	115
		ФРУКТ	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				28,3	27,4	85,9	714
Обед							
2008	62	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	0,6	0,1	0,3	5
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	12,9	12	27,5	270
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	200	10,1	6,8	106,8	529
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	25,4	25,7		332
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,3	1,4	1,8	21
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ	30	2	0,4	11,9	59
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
Итого				52,8	46,5	177,7	1340
Всего				81,1	73,9	263,6	2054

повар _____ Ларионова Екатерина Владимировна