

Утверждаю

Начальник лагеря
МКОУ "СОШ № 6"
Гондаренко Л.В./**МЕНЮ**
3 июля 2025 г.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
11-17 лет							
Завтрак							
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	210	6,90	7,20	43,80	268,00
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,10	13,40	13,20	181,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,00	15,90	64,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед							
		ГОРОХОВЫЙ СУП	200	4,50	2,40	14,40	97,00
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	255	21,60	28,90	22,60	438,00
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	2,00	0,80	11,20	60,00
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,40	0,30	22,40	106,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,90	115,00
Итого				41,30	53,60	181,20	1 376,00
7-10 лет							
Завтрак							
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	5,90	5,50	37,70	224,00
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,00	8,40	12,70	134,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,00	15,00	61,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед							
		ГОРОХОВЫЙ СУП	200	4,50	2,00	14,40	94,00
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	280	25,80	32,80	24,40	496,00
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	2,00	0,80	11,20	60,00
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,30	0,30	21,90	104,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,90	115,00
Итого				44,30	50,40	175,00	1 335,00

 Воронкина О.А.

повар  Растихина В.А.