

Утверждаю

Начальник лагеря
МКОУ "СОШ № 6"
Гондаренко Л.В./

МЕНЮ

8 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							
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,10	7,20	27,80	196,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	1,30	8,40	8,10	113,00
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	9,70	46,00
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	2,00	0,80	11,20	60,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/16/7	0,30	0,00	16,10	67,00
Обед							
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,90	6,40	19,90	153,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,90	5,60	43,80	253,00
2011	234	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	1,90	6,10	9,90	103,00
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,40	0,30	22,40	106,00
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	2,00	0,80	11,20	60,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,40	77,00
Итого				28,30	35,70	199,50	1 234,00
7-10 лет							
Завтрак							
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,30	7,10	36,10	233,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	1,20	8,30	7,70	111,00
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	9,70	46,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/15/7	0,30	0,00	15,20	63,00
Обед							
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	4,20	6,70	20,10	157,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	6,00	5,10	38,30	224,00
2011	234	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	1,60	6,00	9,20	98,00
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,30	0,30	21,90	104,00
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	2,00	0,80	11,20	60,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,40	77,00
Итого				26,40	34,40	188,80	1 173,00

Воронкина О.А. Воронкина О.А.

повар Растихина В.А. Растихина В.А.