

Утверждаю



Директор
 МАОУ "ХМР" СОШ Д.ЯРКИ"
 Т.В. Конкина

МЕНЮ
 1 июня 2024 г.

Летний лагерь

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	30	Макароны отварные с сыром	210	9,89	12,222	42,68	321
2008	98/1	Какао с молоком	200	2,97	3,09	14,74	99
2011	166	Хлеб ржаной	20	3,8	0,68	24,8	120
2008	167	Хлеб пшеничный	40	1,61	1,63	24,51	134
2008		Мороженое	85	0,6	0,45	15,45	71
2008		Банан	150	0,6	0,45	15,45	71
Обед							
2011	165	Помидоры свежие порционно	100	1	6	3,9	76
2011	66	Суп кудряш с мясом курицы	250/20	2,4	5,9	17,1	136
2011	5	Шницель из говядины	100	16,5	13,3	4,4	227
2008	14	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,1	7,2	27	188
2008	2	Компот из черной смородины	200	0,2	0,1	26	107
2008	166	Хлеб ржаной	20	3,8	0,68	24,8	120
2008	167	Хлеб пшеничный	40	1,61	1,63	24,51	134
		Сок фруктовый с трубочкой	200	1	0,2	20,2	92
Всего				25,88	21,032	207,14	1162

Меню составил:

Унгуряну М.Ю.