

233

Меню на "10" июня 2022 г.

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЗАВТРАКА С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ С / ДО 11 лет									
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав					
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	клетчатка, г	энергетическая ценность, ккал	
Завтрак									
295/331	Биточек рубленый из пышлит с соусом сметанным с томатом (мясо кур., лук реп., мука пшенич., яйцо кур., раст. масло, йодир, соль, сметана 15%, томат)	80/25	27,25	14,10	16,00	13,60			1,28
304	Рис отварной (рисовая крупа, соль йодир.)	130	9,33	3,31	5,30	34,70			0,00
14	Масло сливочное порциями (масло слив. 72,5%)	10	6,58	0,10	7,25	0,13			0,00
209	Яйца вареные (яйцо куриное С-1 вареное)	40	7,50	5,08	4,60	0,28			0,00
387	Напиток из замороженных ягод (вишня) (вишня св. мор., сахар, лимон, ксилита)	200	6,33	0,68	0,28	20,76			8,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир, соль)	40	3,00	3,20	0,48	18,44			0,00
ПР	Ватрушка с творогом (мука пшенич., творог 9%, молоко 2,5%, сахар, дрожжи, йодир, соль)	30	12,00	3,80	2,30	0,70			0,02
	Итого:	555	71,99	30,27	36,21	88,61			9,30
Обед									
46	Салат из белокочанной капусты с яблоками (капуста б/к, яблоко св., раст. масло, йод. соль)	50	5,35	0,60	2,60	5,60			12,00
98	Суп крестьянский с пшеном на бульоне из пышлит, зеленью (б/к капуста, карт., крупа пшено, морк., лук реп., мясо кур., раст. масло, укроп зелень, йодир, соль)	200	9,32	7,20	11,20	11,00			20,40
229	Рыба, тушеная в томате с овощами (филе минтая, морковь св. лук реп., сметана 15%, йодир, соль)	70(55/15)	19,98	7,37	3,20	2,40			3,06
312	Картофельное пюре (картофеля, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир соль)	130	14,53	2,65	4,10	17,71			15,73
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон, ксилита)	200	3,89	0,16	0,09	32,01			0,73
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	2,69	2,96	0,55	24,70			0,00
ПР	Сок фруктовый в ассортименте в индивиду. упаковке	200	13,00	1,00	0,20	20,20			5,00
	Итого:	900	68,76	20,94	21,74	93,42			51,92
Всего за день:		1455	140,75	51,21	57,95	182,03			61,22

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством:

Abgaf- / Abgabenerbschaftst.

Согласовано"
Индивидуальный план
на 2003-2004 учебный год
ГБОУ
СОШ № 17
С. 1