

Утверждаю



ДИРЕКТОР
ООО "РАДУГА ВКУСА"
/ШИКУЛА А.А./

МЕНЮ ЛЕТНЕГО ЛАГЕРЯ

(БЕЗМОЛОЧНО-БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ)

5 июня 2023 г.

возрастная категория 7 - 18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	71	ОГУРЦЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	50	22.95	0,4	0,1	1,3	7
2011	130	ТЫКВА ОТВАРНАЯ (Б/Г)	130	34.81	0,6	3,5	9	71
2011	294	БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (Б/Г)	100	83.85	20	4,8	12,8	173
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	17.05	0.7	0.79	11.93	61.4
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.72	0,2		6,2	26
Итого				161.38	21.9	9.19	41.23	338.4
Обед								
2017	17	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ, ОГУРЦОВ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	100	33.41	1,6	7,1	4,3	88
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	20.32	2,4	2,9	19,3	113
2011	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ (Б/Г)	180	89.54	10,7	9,5	14,6	250
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9.68			19,4	77
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	18.00	0.7	0.79	11.93	61.4
Итого				170.95	15.4	20.29	69.53	589.4
Всего				332.33	37.3	29.48	110.76	927.8

Директор школы _____

Начальник лагеря _____

Мед. работник _____

Повар бригадир _____



Шикова А.А.
Шикова А.А.
Шикова А.А.
Шикова А.А.