



УТВЕРЖДАЮ
Начальник лагеря трудового объединения
МБОУ СОШ им.Т.Рахманова
с.Верхнеяркеево

Самигуллина Г.Р.



Меню на 17 июня 2022 года

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК						
220	Омлет с зеленым горошком	200/10	17,2	28,4	4,8	344
284	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,4	11,2	61
0	Хлеб пшеничный	50	3,96	1,2	33,4	119
0	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0
	Итого за прием	660	22,56	31	49,4	524
ОБЕД						
41	Салат "Студенческий"	80	2,9	8,4	6,6	114
54	Рассольник ленинградский	300/12	2,6	6,2	18,5	142
МО7КБКК	Биточки (Котлеты) мясные с соусом	60/30	12,08	11	10,15	171
138	Картофельное пюре	220	4,5	7,2	29,4	203
306	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	20	76
0	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	16,7	86,89
0	Хлеб пшеничный	50	3,96	1,2	33,4	119
	Итого за прием	1192	29,34	34,6	134,75	911,89

Шеф-повар  Мансурова Г.Р.