



УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря дневного пребывания
МБОУ СОШ им. Т.Рахманова
с. Верхнеяркеево

Шарифуллина Л.А.



МБОУ СОШ
им. Т. Рахманова
с. Верхнеяркеево

Меню на 3 июня 2022 года

| № рецепта | Наименование изделий (блюд) | Масса порции | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал |
|----------------|--|--------------|----------|---------|-------------|----------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 220 | Омлет с зеленым горошком | 150/8 | 12,9 | 21,3 | 3,6 | 258 |
| 284 | Чай с молоком и сахаром | 200 | 1,4 | 1,4 | 11,2 | 61 |
| 3 | Бутерброд с сыром | 30/10 | 5 | 3 | 14,5 | 107 |
| 0 | Фрукты свежие (Груша) | 120 | 2,4 | 0 | 10,7 | 70 |
| | Итого за прием | 518 | 21,7 | 25,7 | 40 | 496 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 41 | Салат "Студенческий" | 60 | 2,17 | 6,3 | 4,95 | 85,5 |
| 54 | Рассольник ленинградский | 200/10 | 2,1 | 5,2 | 15,4 | 119 |
| МО7КБКК | Биточки (Котлеты) мясные с соусом | 60/30 | 12,08 | 11 | 10,15 | 171 |
| 138 | Картофельное пюре | 180 | 3,7 | 5,9 | 24 | 166 |
| 306 | Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах | 200 | 0 | 0 | 20 | 76 |
| 0 | Хлеб ржаной | 30 | 2,48 | 0,45 | 12,53 | 65,17 |
| 0 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,17 | 0,96 | 26,72 | 95,20 |
| 0 | Вода питьевая (бутилированная вода) | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого за прием | 1160 | 25,693 | 29,81 | 113,745 | 777,8675 |

Шеф-повар *Мансурова Г.Р.*

