

Согласовано

Директор

МБОУ "Марковская СОШ"  
О. С. Осиневская

## МЕНЮ

3 день

30.10.2024

## ОСЕННИЙ ЛАГЕРЬ

№ тех карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
188	БЛИНЧИКИ П/Ф С ЯБЛОКОМ <small>блинчики п/ф с яблоком, масло растительное</small>	140	49,40	5	14	32	278
ГОСТ	ЙОГУРТ БЗМЖ	100	40,00	2,4	1,2	144	80
ТТК 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ <small>цикорий, молоко сгущенное, вода, сахар</small>	200	14,40	2	2	16	95
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	5,38	3	1	20	105
	МАНДАРИН <small>мандарин*</small>	100	40,00	1	0	7	38
	Итого			13,4	18,2	219	596
<b>Обед</b>							
87	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ <small>соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота, свекла</small>	60	5,74	1	3,5	4,9	55
57	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (свинина) <small>свинина, чеснок, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая, томатная паста, лавровый лист, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15%</small>	250/5/5	17,28	2,9	8	8,9	122
324	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (СВИНИНА) <small>(свинина, масло растительное, картофель, лук репчатый, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, мука, вода, том</small>	170	67,50	14	34	22	453
ТТК 12	КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М <small>сахар песок, компотная смесь*, вода питьевая</small>	200	8,14			19,4	77
ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	50	5,60	3,3	0,4	21,2	102
	БАТОНЧИК БОН ТАЙМ	20	12,00				
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	20	3,56	1,5	0	10	52
	Итого		269,00	22,7	45,9	86,4	861
	Всего			36,1	64,1	305,4	1457

Директор ООО "Максимум"  
Зав. производством (шеф-повар)

Е.Н.Осиневская