

Утверждено: начальник лагеря

Евпак



2021 г

Завтрак

Для детей с 7 -11 лет

| № рец               | Наименование                   | Выход, гр | Стоимость     | Б     | Ж     | У     | Эн<br>ценность |
|---------------------|--------------------------------|-----------|---------------|-------|-------|-------|----------------|
| 71                  | Горошек<br>зеленый<br>отварной | 80        | 31.68         | 0,39  | 0,41  | 0,87  | 8              |
| 210                 | Омлет<br>натуральный           | 155/10    | 46.15         | 16,17 | 23,8  | 3,06  | 336            |
| 379                 | Кофейный<br>напиток            | 200       | 12.8          | 3,2   | 2,7   | 16    | 101            |
| ПП                  | Хлеб<br>пшеничный              | 30        | 3.42          | 1,4   | 0,2   | 8,6   | 49             |
| ПП                  | Хлеб ржаной                    | 30        | 2,98          | 1,4   | 0,2   | 8,6   | 49             |
| ПП                  | Фрукты<br>свежие<br>апельсин   | 100       | 12.32         | 0,8   | 0,2   | 7,5   | 38             |
| Итого за<br>завтрак |                                |           | <b>109.35</b> | 23.36 | 27.51 | 44.63 | 581            |

Обед

| №<br>рецептуры | Наименование                       | Выход, гр | Стоимость     | Б     | Ж     | У      | Эн.ценность |
|----------------|------------------------------------|-----------|---------------|-------|-------|--------|-------------|
| 70             | Огурцы соленые<br>консервированные | 80        | 17.28         | 1,1   | 6,1   | 4,6    | 8           |
| 200            | Суп картофельный<br>с рыбой        | 250       | 64.7          | 8,45  | 12,3  | 13,13  | 180,78      |
| 250            | Бефстроганов из<br>говядины        | 50/50     | 86.04         | 15,2  | 23,1  | 5,12   | 290         |
| 309            | Макаронные<br>изделия отварные     | 150       | 11.76         | 6,3   | 7,4   | 42     | 260,3       |
| 348            | Компот из изюма                    | 200       | 10.36         | 0,3   | 0     | 23,6   | 52          |
| ПП             | Хлеб пшеничный                     | 30        | 3,42          | 1,4   | 0,2   | 8,6    | 49          |
| ПП             | Хлеб ржаной                        | 30        | 2,98          | 1,4   | 0,2   | 8,6    | 49          |
| ПП             | Пряник                             | 60        | 13.03         | 5,4   | 4,9   | 74,2   | 107         |
| Итогообед      |                                    |           | <b>209.57</b> | 39.55 | 54.2  | 179.85 | 996.08      |
| Всего          |                                    |           | <b>318.92</b> | 62.91 | 81.71 | 224.48 | 1577.08     |

Зав производством

А.С.Филиппова