



"Утверждаю"
директор ООО "ТРАПЕЗА"
Мочалов В.Л.

"Согласовано"
начальник лагеря МАОУ «IT-школа»
Десятова.Д.А.
" 1 " июня 2023 г.

ООО "ТРАПЕЗА"

МЕНЮ на 1.06 2023
ДЕНЬ № 1

| № рецеп. | Наименование блюда | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|----------------|----------------------------------|---------------|-------|-------|----------|--------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| | | 250/5 | 5,24 | 6,68 | 27,62 | 240 |
| 226/18 | Каша "Дружба" | 40 | 6,96 | 8,85 | 0 | 144,00 |
| 75/18 | Сыр (порционно) | 200/15/7 | 0,3 | 0,1 | 9,5 | 40,00 |
| 459/18 | Чай с сахаром и лимоном | 80 | 4,3 | 8 | 28,8 | 273,33 |
| 543/18 | Булочка Дорожная | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| 82/18 | Фрукт | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,3 |
| 108/13 | Хлеб пшеничный иодированный | Итого: | 19,48 | 24,27 | 90,48 | 811,63 |
| ОБЕД | | | | | | |
| | | 100 | 0,7 | 6,1 | 1,9 | 65,00 |
| 14/18 | Салат из свежих огурцов | 250/10 | 8,53 | 8,92 | 7,76 | 145,60 |
| 117/18 | Суп из овощей на к/б со сметаной | 150 | 16,9 | 18,3 | 3,8 | 308,75 |
| 367/18 | Птица в соусе с томатом | 250 | 7,4 | 0,6 | 39,42 | 317,25 |
| 256/18 | макаронные изделия отварные | 200 | 0,6 | 0,1 | 20,1 | 84,00 |
| 495/18 | компот из с/ф | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,60 |
| 108/13 | Хлеб пшеничный иодированный | 50 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 86,70 |
| 109/13 | Хлеб ржаной иодированный | Итого: | 40,67 | 34,86 | 112,7 | 1147,9 |

Старший повар  Лядова С.А.