



МЕНЮ

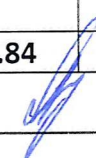
ДЛЯ ПРОФИЛЬНЫХ СМЕН, ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА
С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

На « 01 » июня 2026 г.

Директор МБОУ «Каргасокская СОШ-интернат №1»

Кондратьева Е.М.

№ Рецептурного сборника	Наименование блюда	Выход гр.	Белки гр	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность к.кал.
	Завтрак					
242	Запеканка из творога со сгущ молоком	220/30	30.96	23.47	59.31	572
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15,0	60
5	Хлеб пшеничный	30	1.98	0,25	12,08	58
14	Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.12	66
	Итого	500	33.09	30.98	86.51	756
	Обед					
76	Винегрет овощной	100	0.78	6.48	4.08	78
369	Жаркое по-домашнему (мясо говядина)	250	29.54	26.7	18.86	430.68
382	Какао на молоке	200	4.08	3.54	17.58	118.6
5	Хлеб	40	3.95	0,5	24.16	117
338	Фрукты свежие в ассортименте	200	0.62	0.62	15.19	73
	Итого	790	38.97	37.84	79.87	817.28

Индивидуальный предприниматель  Серякова Л.Н.