**МЕНЮ**

**Оздоровительный лагерь**

МКОУ «Центр образования №10»

**на « 16 » июня 2022 г.**

.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | НАИМЕНОВАНИЕ  | Выход | Энергетическая ценность |
|  | БЛЮД |   | блюда |  |
|  ЗАВТРАК |

|  |
| --- |
| 1.Сырники творожные |
| 2.Чай с молоком |
| 3.Батон  |  |
| 4.Масло сливочное |

 |  |

|  |
| --- |
| 200 |
| 200 |
| 50 |
| 10 |

 |

|  |
| --- |
| 279.4 |
| 81.0 |
| 131.0 |
| 74.8 |

 |
|   | ИТОГО |   |  | 566,2 |
|  ОБЕД: |

|  |
| --- |
| 1.Салат из свежих огурцов |
| 2.Рассольник "Ленинградский" |
| 3.Картофельное пюре |
| 4.Голубцы ленивые |
| 5.Компот из кураги |
| 6.Батон |  |
| 7.Хлеб ржано-пшеничный |

 |  |

|  |
| --- |
| 100 |
| 250 |
| 180 |
| 100 |
| 200 |
| 40 |
| 40 |

 |

|  |
| --- |
| 102.0 |
| 137.5 |
| 165.6 |
| 125.0 |
| 81.0 |
| 104.8 |
| 72.4 |

 |
|   | ИТОГО |   |  | 788,3 |
|  ПОЛДНИК: |  |   |   |  |
|  | 1.Молочный коктейль | 200 | 122,0 |
|  | 2.Крендель сахарный | 60 | 228,0 |
|  | 3.Фрукт (по сезону) | 100 | 72,0 |
|   | ИТОГО |   |  | 422,0 |
| Стоимость: 300 рублей 10 копеек |   | 1776,5 |