**МЕНЮ**

**Оздоровительный лагерь**

МКОУ «Центр образования №10»

**на « 17 » июня 2022 г.**.

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

|  |
| --- |
| 1.Омлет натуральный |
| 2.Кофейный напиток с молоком |
| 3.Батон |  |
| 4.Сыр порционный |

 |  |

|  |
| --- |
| 200 |
| 200 |
| 50 |
| 15 |

 |

|  |
| --- |
| 326.2 |
| 79.0 |
| 131.0 |
| 39.6 |

 |
|   | ИТОГО |   |  | 575,8 |
|  ОБЕД: |

|  |
| --- |
| 1.Салат из моркови |
| 2.Щи из свежей капусты  |
| 3.Каша гречневая рассыпчатая |
| 4.Печень,тушеная в соусе |
| 5.Компот из изюма |
| 6.Батон |  |
| 7.Хлеб ржано-пшеничный |

 |  |

|  |
| --- |
| 100 |
| 250 |
| 180 |
| 100 |
| 200 |
| 30 |
| 30 |

 |

|  |
| --- |
| 132.0 |
| 99.2 |
| 303.7 |
| 144.0 |
| 81.0 |
| 78.6 |
| 54.3 |

 |
|   | ИТОГО |   |  | 892,8 |
| ПОЛДНИК | 1.Сок персиковый | 200 | 106,0 |
|  | 2.Булочка дорожная | 60 | 226,0 |
|  | 3.Фрукт (по сезону) | 100 | 47,0 |
|   | ИТОГО |   |  | 379,0 |
| Стоимость: 300 рублей 10 копеек |   | 1847,6 |