**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 |