**МЕНЮ**

**Оздоровительный лагерь**

МКОУ «Центр образования №10»

**на « 22 » июня 2022 г.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | НАИМЕНОВАНИЕ | | | Выход | Энергетическая ценность |
|  | БЛЮД |  | | блюда |  |
| ЗАВТРАК | |  |  | | --- | --- | | 1.Пудинг из творога с вареньем | | | 2.Кофейный напиток с молоком | | | 3.Батон |  | | 4.Сыр порционный | | |  | | |  | | --- | | 170/30 | | 200 | | 50 | | 15 | | |  | | --- | | 362.0 | | 79.0 | | 131.0 | | 39.6 | |
|  | ИТОГО |  | |  | 611,6 |
| ОБЕД: | |  |  | | --- | --- | | 1.Салат из белокочанной капусты | | | 2.Суп с макаронными изделиями | | | 3.Каша гречневая рассыпчатая | | | 4.Шницель куриный | | | 5.Компот из изюма | | | 6.Батон |  | | 7.Хлеб ржано-пшеничный | | | |  | |  | | --- | | 100 | | 250 | | 180 | | 100 | | 200 | | 20 | | 20 | | |  | | --- | | 136.0 | | 105.5 | | 303.7 | | 188.6 | | 52.4 | | 104.8 | | 36.2 | |
|  | ИТОГО |  | |  | 927,2 |
| ПОЛДНИК: |  |  | |  |  |
|  | 1.Йогурт | | | 200 | 106,0 |
|  | 2.Булочка домашняя | | | 50 | 194,0 |
|  | 3.Фрукт (по сезону) | | | 100 | 72,0 |
|  | ИТОГО |  | |  | 372,0 |
| Стоимость: 300 рублей 10 копеек | |  | | | 1911,0 |