**МЕНЮ**

**Оздоровительный лагерь**

МКОУ «Центр образования №10»

**на « 01 » июня 2022 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Масса | Энерг. ценность  |
|  |  | порций (гр) | Ккал  |
| **Завтрак** | Каша «Дружба» | 200 | 215,4 |
|  | Батон нарезной | 50 | 131,0 |
|  | Какао с молоком | 200 | 186,0 |
|  | Колбаса отварная | 30 | 63,3 |
|  |  | **595,7** |
|  |  |  |  |
|  **Обед** | Салат из белокочанной капусты | 100 | 136,0 |
|  | Суп картофельный гороховый | 250 | 168,7 |
|  | Макаронные изделия отварные | 180 | 173,9 |
|  | Мясо тушеное | 100 | 227,0 |
|  | Компот из сухофруктов | 200 | 110 |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 52,4 |
|  | Батон нарезной | 20 | 36,2 |
|  |  | **904,2** |
|  |  |  |  |
| **Полдник**  | Сок яблочный | 200 | 92,0 |
|  | Булочка ванильная | 60 | 198,0 |
|  | Фрукт (по сезону) | 100 | 47 |
|  |  |  | **337,0** |
| **Стоимость питания**  | 260,00 руб. |  |
| **Накладные расходы** |  40,10 руб |  |
|  **ИТОГО за день** |  300,10 руб |  **1836,9** |
|  |  |  |  |