**МЕНЮ**

**Оздоровительный лагерь**

МКОУ«Центр образования №10»

 **на « 03 » июня 2022 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Масса | Энерг. ценность  |
|  |  | порций (гр) | Ккал  |
| **Завтрак** |  Каша пшенная молочная | 200 | 299,0 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 200 | 79,0 |
|  | Батон  | 50 | 131,0 |
|  | Сыр порционный | 15 | 39,6 |
|  |  | **548,6** |
|  |  |  |  |
|  **Обед** | Салат из свежих помидоров | 100 |  110,0 |
|  | Щи из свежей капусты | 250 |  99,2 |
|  | Плов из отварной птицы | 200 |  359,0 |
|  | Компот из изюма | 200 | 81,0 |
|  | Хлеб ржано- пшеничный | 30 | 54,2 |
|  | Батон нарезной | 30 | 78,6 |
|  |  | **782,1** |
|  |  |  |  |
| **Полдник**  | Молочный коктель | 200 | 122,0 |
|  | Булочка дорожная | 60 | 190,0 |
|  | Фрукт (по сезону) | 100 | 47,0 |
|  |  |  | **379,0** |
| **Стоимость питания**  | **260,00 руб**. |  |
| **Накладные расходы** |  **40,10 руб** |  |
|  **ИТОГО за день** |  **300,10 руб** |  **1709,7** |
|  |  |  |  |