**МЕНЮ**

**Оздоровительный лагерь**

МКОУ «Центр образования №10»

**на « 14 » июня 2022 г.**.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | НАИМЕНОВАНИЕ | | Выход | Энергетическая ценность |
|  | БЛЮД |  | блюда |  |
| ЗАВТРАК | 1.Каша рисовая молочная  2.Кофейный напиток с молоком  3.Батон  4.Сыр порционный |  | 200  200  50  15 | 279,4  79,0  131,0  39,6 |
|  | ИТОГО |  |  | 529,0 |
| ОБЕД: | |  |  | | --- | --- | | 1.Салат из белокочанной капусты | | | 2.Суп с рыбными консервами | | | 3.Макаронные изделия отварные | | | 4.Фрикадельки из кур | | | 5.Компот из изюма | | | 6.Батон |  | | 7.Хлеб ржано-пшеничный | | |  | |  | | --- | | 100 | | 250 | | 180 | | 100 | | 200 | | 30 | | 30 | | |  | | --- | | 136.0 | | 166.3 | | 173.9 | | 198.7 | | 81.0 | | 78.6 | | 54.3 | |
|  | ИТОГО |  |  | 888,7 |
| ПОЛДНИК | 1.Йогурт | | 200 | 106,0 |
|  | 2.Булочка Российская | | 60 | 203,0 |
|  | 3.Фрукт (по сезону) | | 100 | 47,0 |
|  | ИТОГО |  |  | 356,0 |
| Стоимость: 300 рублей 10 копеек | |  | | 1836,9 |