**МЕНЮ**

**Оздоровительный лагерь**

МКОУ «Центр образования №10»

**на « 15 » июня 2022 г.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | НАИМЕНОВАНИЕ | | Выход | Энергетическая ценность |
|  | БЛЮД |  | блюда |  |
| ЗАВТРАК | |  |  | | --- | --- | | 1.Каша "Геркулесовая" молочная | | | 2.Какао с молоком | | | 3.Батон |  | | 4.Колбаса отварная | | |  | |  | | --- | | 200 | | 200 | | 50 | | 30 | | |  | | --- | | 228.4 | | 186.0 | | 131.0 | | 63.3 | |
|  | ИТОГО |  |  | 608,7 |
| ОБЕД: | |  |  | | --- | --- | | 1.Салат с огурцом и помидором св. | | | 2.Суп картофельный гороховый | | | 3.Плов из отварного мяса | | | 5.Компот из сухофруктов | | | 6.Батон |  | | 7.Хлеб ржано-пшеничный | | |  | |  | | --- | | 100 | | 250 | | 200 | | 200 | | 30 | | 30 | | |  | | --- | | 108.0 | | 168.7 | | 352.0 | | 110.0 | | 78.6 | | 54.3 | |
|  | ИТОГО |  |  | 871,6 |
| ПОЛДНИК | 1.Сок яблочный | | 200 | 92,0 |
|  | 2.Булочка ванильная | | 60 | 198,0 |
|  | 3.Фрукт (по сезону) | | 100 | 47,0 |
|  | ИТОГО |  |  | 337,0 |
| Стоимость: 300 рублей 10 копеек | |  | | 1817,3 |