

Школа № 33

"Утверждаю"
И.о. директора МУП "ПКП и ОРТ"
Маркин В.В.
" " " 2023г.

**Детский оздоровительный лагерь
с дневным прибыванием**

МЕНЮ

на "22" июня 2023 г.

День № 5

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Сыр твердый (порция)	15	3,9	3,9	0	51,6
Каша геркулесовая жидкая на молоке	206	8	11,2	28,6	253
Какао-напиток на молоке	200	6,2	6,4	22,36	171,8
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Фрукты свежие(яблоки)	180	0,72	0,72	17,64	79,2
	626	20,7	22,95	81,45	621,85
Обед					
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	60	0,65	5,08	2,76	60
Суп картофельный с бобовыми	250	5,75	4,25	19,5	140
Рыба,запеченная в соусе	120	6,7	4,8	7,2	109,2
Рис отварной	180	4,32	4,5	34,74	196
Напиток лимонный	200	0,22	2,06	13,3	73
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,28	10,25	50
Конвертик слоеный с повидлом	80	6,4	8,2	47,7	244
	940	27,57	29,9	148,3	938,45
Вода питьевая детская негазированная	200				

Калькулятор:

Начальник лагеря:



Заведующий производством:

