

Школа №

33



"Утверждаю"

И.о. директора МУП "ПКП и ОРТ"

Маркин В.В.

2023г.

**Детский оздоровительный лагерь  
с дневным пребыванием**

**МЕНЮ**

на "15" июня 2023 г.

День № 10

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
<b>Завтрак</b>					
Макароны, запеченные с сыром	230	12,6	9,6	56,3	361,7
Чай с сахаром	200	0,2	0,06	10	42
Хлеб из муки пшеничной	25	1,87	0,72	12,85	66,25
Фрукты свежие	180	0,72	0,72	17,64	79,2
	<b>635</b>	<b>15,39</b>	<b>11,1</b>	<b>96,79</b>	<b>549,15</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,44	5,05	1,44	53
Борщ из свежей капусты	250	4,5	4,5	13,25	103
Тефтели в соусе томатном	130	8,9	30,6	16,4	376
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	6,66	49,68	298,8
Компот из плодов свежих (яблок)	200	0,2	0,2	14	58
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,28	10,25	50
Конверт слоеный с повидлом	80	6,4	8,2	47,7	244
	<b>950</b>	<b>34,23</b>	<b>56,22</b>	<b>165,57</b>	<b>1249,05</b>
Вода питьевая детская негазированная	200				

Калькулятор:

Заведующий производством:

Начальник лагеря: