



МЕНЮ на 06.07 2023 г.

9 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 – 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Макароньы отварные со слив мас с сыром	150/5/5	8,37	10,30	40,83	242,18
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Винегрет овощной с растительным маслом.	60	0,50	3,10	21,46	39,03
Рассольник "Петербургский" с мясом и сметаной.	15/250/5	9,36	9,04	15,22	176,93
Голубцы ленивые	190	13,40	10,75	18,8	282,1
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19
Пирожное «Лакомка»	65	1,26	7,3	24,8	186,3

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Макароньы отварные со слив мас с сыром	180/5/5	10,04	12,36	48,99	290,62
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Винегрет овощной с растительным маслом.	100	1,67	10,34	8,20	130,10
Рассольник "Петербургский" с мясом и сметаной.	15/250/5	9,36	9,04	15,22	176,93
Голубцы ленивые	100	10,50	11,8	6,10	171,76
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19
Пирожное «Лакомка»	65	1,26	7,3	24,8	186,3