



Утверждаю:
 Кононенко Ю.А. Кононенко Ю.А. Кононенко Ю.А.
 2023 г.



МЕНЮ на 07.07 2023 г.

10 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 – 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Запеканка рисовая с творогом, со сгущенным молоком	150/20	12,23	10,05	48,86	343,30
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60	0,78	5,82	3,72	69,12
Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/5	9,06	7,89	8,35	171,74
Жаркое по - домашнему с мясом	190	10,09	14,32	28,43	372,00
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Запеканка рисовая с творогом, со сгущенным молоком	200/20	16,31	13,4	65,15	417,73
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	100	1,30	9,70	6,20	115,20
Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/5	9,06	7,89	8,35	171,74
Жаркое по - домашнему с мясом	230	12,21	17,33	34,42	450,32
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20