



Согласовано:  
 Директор МОБУ "СОШ" № 1  
 2023 г.

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



МЕНЮ на 29.06.2023 г.

4 день

**Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет**

Завтрак		Б	Ж	У	К
Омлет натуральный со сливочным маслом с зеленым горошком	150	14,3	11,25	43,13	349,01
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
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
<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60	0,78	5,82	3,72	69,12
Свекольник с мясом и сметаной	15/250/5	6,02	10	12,35	175,72
Тефтели мясные в соусе.	80/50	9,48	9,8	9,94	163,10
Гороховое пюре со сливочн маслом	150/5	3,35	6,4	26,27	148,50
Хлеб пшеничный в/с йодированный, ржано-пшеничный.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Фрукт (Яблоко)	100	0,52	0,52	12,74	61,10

**Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет**

Завтрак		Б	Ж	У	К
Омлет натуральный со сливочным маслом с зеленым горошком	200	19,1	15,00	57,51	465,35
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
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
<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Салат из белокочанной капусты с растительным маслом.	100	1,6	7,6	5,3	94,3
Свекольник с мясом и сметаной	15/250/5	6,02	10	12,35	175,72
Тефтели мясные в соусе.	100/50	11,85	12,25	12,43	203,88
Гороховое пюре со сливочн маслом	180/5	4,02	7,68	31,52	178,20
Хлеб пшеничный в/с йодированный, ржано-пшеничный.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Фрукт (Яблоко)	100	0,52	0,52	12,74	61,10