

Меню школьного лагеря

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|------------------|-----------|-----------|------------|-------|--------------------------|-------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 0,56 | 0,10 | 1,94 | 12 | 50 | Помидоры свежие | |
| 10,80 | 13,51 | 2,25 | 174 | 120 | Омлет натуральный | |
| 0,20 | 0,05 | 10,05 | 41 | 200 | Чай с сахаром | |
| 6,62 | 7,24 | 10,80 | 138 | 20/20 | Бутерброд с сыром | |
| 2,15 | 0,36 | 13,33 | 65 | 32,5 | Хлеб ржаной | |
| 20 | 21 | 38 | 430 | | | |

| | | | | | | |
|-------------|-----------|-----------|------------|------|--|--|
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 0,57 | 3,07 | 2,06 | 38 | 50 | Салат витаминный | |
| 5,53 | 7,09 | 19,15 | 164 | 200 | Рассольник Ленинградский с цыпленком и сметаной | |
| 12,51 | 30,34 | 12,19 | 373 | 90 | Зразы любительские | |
| 2,68 | 2,84 | 21,73 | 124 | 80 | Картофель отварной | |
| 2,06 | 3,12 | 8,11 | 70 | 70 | Капуста тушеная | |
| 0,11 | 0,11 | 22,74 | 93 | 200 | Напиток фруктовый | |
| 2,15 | 0,36 | 13,33 | 65 | 32,5 | Хлеб ржаной | |
| 26 | 47 | 99 | 927 | | | |

| | | | | | | |
|----------------|----------|-----------|------------|-----|--------------|--|
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 3,30 | 1,10 | 46,20 | 211 | 220 | Банан | |
| 3 | 1 | 46 | 211 | | | |

ИТОГО

155-88

| | |
|---|---------------------------|
| _____ Руководитель Заг. производством | _____ Литвиненко К. И. |
| _____ Калькулятор | _____ Марченкова Ю. И. |
| _____ Технолог | _____ Степанов Д. О. |