



«Утверждаю»  
Директора школы:

О.А Киршина

Меню летний оздоровительный и трудовой лагерь МБОУ СОШ №4  
на « 6 » июня 2021 г.

№	Наименование блюд	7-11лет		С 12 лет	
		выход	калории	выход	калории
<b>Завтрак</b>					
	Апельсины	100	43,00	100	43,00
	Сыр (порция)	15	51,50	15	51,50
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	198,40	200/5	214,73
	Чай с молоком с сахаром	150/35/15	81,00	150/35/15	81,0
	Батон высший сорт	30	78,60	40	104,80
	<b>Калорийность</b>	<b>530</b>	<b>452,50</b>	<b>570</b>	<b>519,23</b>
<b>Обед</b>					
	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60/5	55,68	100/5	92,80
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/11	112,20	250/11	136,00
	Биточки рыбные из минтая	90	160,20	100	172,00
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	176,10	180/5	220,50
	Компот из замороженной черной смородины	200	116,00	200	116,00
	Хлеб ржаной	40	79,20	40	79,20
	Хлеб пшеничный	40	94,00	40	94,00
	<b>Калорийность</b>	<b>799</b>	<b>793,38</b>	<b>926</b>	<b>915</b>
	<b>Всего</b>	<b>1329</b>	<b>1245,88</b>	<b>1496</b>	<b>1434,23</b>
	Шеф -повар	Ташт			
	Калькулятор				
	Ответственный за питание	О.А. Киршина			