15 день

«Утверждаю»
Директора школы:
_____ О.А Киршина

Меню летний оздоровительный и трудовой лагерь МБОУ СОШ №4
на «_18_»__июня_____2021 г.

№	Наименование блюд	7-12лет		С 12 лет	
		выход	каллории	выход	каллории
Завтрак					
	Масло сливочное (порция)	10	66,00	10	66,00
	Каша ячневая молочная с маслом	150/4	128,40	150/4	128,40
	Пудинг из творога с повидлом	120/20	283,60	120/20	283,60
	Чай с сахаром	185/15	60,00	185/15	60,00
	Батон высший сорт	30	78,60	50	131,00
Калорийность		**534**	**616,60**	**555**	**675,60**
Обед					
	Борщ с капустой картофелем на бульоне из мяса птицы со сметаной	200/10	120,00	250/15	140,75
	Фрикасе из куриных грудок	50/50	203,70	50/50	203,70
	Рис отварной	150	208,66	180	249,64
	Огурцы свежие порции	60	7,20	100	11,00
	Компот из яблок	200	114,60	200	114,60
	Хлеб ржаной	30	59,40	50	99,00
	Хлеб пшеничный	30	70,50	50	117,50
	Калорийность	**780**	**784,06**	**945**	**936,19**
	Всего	**1314**	**1400,657**	**1500**	**1611,79**
	Шеф -повар				
	Калькулятор				
	Ответственный за питание				