

21 день

«Утверждаю»
Директора школы:

О.А Киршина

Меню летний оздоровительный и трудовой лагерь МБОУ СОШ №4
на «25» июня _____ 2021 г.

№	Наименование блюд	7-12лет		С 12 лет	
		выход	калории	выход	калории
Завтрак					
	Апельсины	120	51,60	100	43,00
	Сыр (порция)	15	51,50	15	51,50
	Оладьи со сгущенным молоком	130/20	301,58		
	Чай с молоком и сахаром	150/35/15	81,00		
	Батон высший сорт	30	78,60	30	78,60
	Калорийность	515	564,28	550	569,70
Обед					
	Огурцы свежие порция	60	7,20	30	-
	Борщ сибирский на мясном бульоне со сметаной	200/5	143,95	250/5	177,87
	Гуляш из отварной говядины	50/50	178,40	50/50	164,00
	Каша гречневая рассыпчатая	150	214,00	180/30	260,40
	Компот из свежих яблок	200	114,60	200	114,60
	Хлеб ржаной	30	59,40	50	99,00
	Хлеб пшеничный	30	70,50	40	94,00
	Калорийность	775	788,05	855	909,87
	Всего	1290	1352,33	1410	1597,31
	Шеф -повар	<i>Ташт</i>			
	Калькулятор				
	Ответственный за питание	<i>Сирова</i>			