

УТВЕРЖДАЮ:

начальник лагеря

**МЕНЮ на 30.06.2024 воскресенье**

Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>		
Макаронные изделия отварные с сыром	220	236,66
Бутерброд с джемом (повидлом) или сгущ	60	132,7
Хлеб пшеничный	25/60	20,31/56,24
Хлеб ржаной	20/50	21,24/43,8
Кофейный напиток на молоке	200	118,71
<b>Обед</b>		
Овощи свежие или соленые или консер. порционно	60/100	31,05/51,79
Борщ из свежей капусты со сметаной	200/250	84,08/104,98
Котлета "Домашняя"	90/100	227,70/307,7
Картофельное пюре	200	214,00
Компот из плодов или ягод сушеных	200	91,98
Хлеб пшеничный, ржаной	80/60	77,26/59,46
<b>Полдник</b>		
Чай с сахаром	200	45,012
Фрукты	1 шт	198,9
Кондитерское изделие	1 шт	167,64/292,8
<b>Ужин</b>		
Овощи свежие или соленые или консер. порционно	60/100	31,05/51,79
Плов из птицы	240/280	334,65/393,62
Сок фруктовый или напиток	200	44,4
Хлеб пшеничный, ржаной	80/60	77,26/59,46
<b>Легкий ужин</b>		
Кисломолочный напиток или молоко	200	147,76
Булочка в ассортименте	50	189,1
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2610,49/2895,03</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_