«Утверждаю»
И.О директора школы:
_____ О.А Киршина

Меню летний оздоровительный и трудовой лагерь МБОУ СОШ №4
на «_1_»__июня_____2021 г.

№	Наименование блюд	7-12лет		С 12 лет	
		выход	каллории	выход	каллории
Завтрак					
	Яблоко	100	47,0	100	47,0
	Сыр порционно	15	51,5	15	51,5
	Каша пшённая с маслом сливочным	150/5	217,96	200/5	260,9
	Чай с сахаром и молоком	150/15/35	81,0	150/15/35	81,0
	Печенье	25	90	25	90
	Батон в/с	30	78,6	50	131,0
Калорийность		**525- 566,06**		**595- 661,4**	
Обед					
	Помидоры свежи порционно	60	13,20	100	22,0
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясн.фрикадельками со сметаной	200/11/10	109,56	250-11/10	126,9
	Жаркое по домашнему из говядины	150/50	427,50	250/50	515,8
	Нектар плодовый (разливной	200	86,60	200	86,6
	Хлеб ржаной	40	79,2	50	99,0
	Хлеб пшеничный	40	94,0	50	117,5
	Калорийность	**761- 810,06**		**921- 967,88**	
	Шеф -повар				
	Калькулятор				
	Ответственный за питание				