



7 день

«Утверждаю»

Директора школы:

О.А Киршина

**Меню летний оздоровительный и трудовой лагерь МБОУ СОШ №4
на «8» июня _____ 2021 г.**

№	Наименование блюд	7-11лет		С 12 лет	
		выход	калории	выход	калории
Завтрак					
	Сыр (порция)	15	51,50	15	51,50
	Каша Полбяная молочная с маслом	150/4	200,90	200/5	279,90
	Омлет натуральный	100	206,66	100	206,66
	Чай с сахаром	185/15	60,00	185/15	60,00
	Батон	35	91,70	40	104,80
	Калорийность	500	610,76	560	701,96
Обед					
	Огурцы свежие с маслом растительным	60/5	39,96	100	56,00
	Суп гороховый с фрикадельками из птицы с гречками	200/11/10	137,42	250/11/10	171,78
	Котлеты «Аппетитные»	90	166,88	100	185,42
	Каша перловая рассыпчатая с овощами	150/5	144,53	180/5	173,43
	Компот из сухофруктов	200	132,80	200	132,80
	Хлеб ржаной	40	79,20	40	79,20
	Хлеб пшеничный	40	94,00	40	94,00
	Калорийность	816	841,49	961	982,63
	Всего	1316	1452,25	1521	1684,59
	Шеф -повар				
	Калькулятор				
	Ответственный за питание				