****

шк. №30

утверждаю начальник лагеря
Ларионова Е.А.

МЕНЮ

28 марта 2022 год

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Кал-ть	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак						
1	Сыр порционно	20	71,12	5,20	5,30	0,70
2	Масло сливочноне	10	74,8	0,05	8,25	0,08
3	Каша пшённая молочная	200	283,6	7,80	9,48	35,80
4	Чай с сахаром	200	58,76	0,20	0,00	15,02
5	Батон нарезной	35	52	2	1	10
6	Сок пакетир.	200	90	0,00	0,00	22,40
	ОБЕД					
1	Кукуруза	60	14,4	0,66	12,00	2,28
2	Гуляш из филе куры	100	247,5	17,17	18,33	3,50
3	Макароны отварные	180	173,88	6,79	0,81	34,85
4	Компот из св.яблок	200	96	0,50	0,20	23,10
5	Щи из квашеной капусты	250	83	2	5	7
6	Хлеб пшеничный	40	94	3	0	20
7	Хлеб ржаной	40	70	3	0	13
8	Вафли	38	105	1	1	23
9	Сок пакетир.	200	90	0,00	0,00	22,40
10	Апельсин св.	235	38	0,80	0,20	7,50

Зав.производством Клевакина Н.В.

Заведующий производством: Клевакина Н.В.