****

шк. №30

утверждаю начальник лагеря
Ларионова Е.А.

МЕНЮ

1 апреля 2022 год

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
1	Чай с лимоном	200/7	61	0,10	0,00	15,20
2	Каша пш.молочная	200	220	6,20	9,60	27,00
3	Батон нарезной	20	52,4	1,50	0,58	10,28
4	Масло сливочное	10	74,8	0,05	8,25	0,01
5	Сыр порционно	20	71,06	5,20	5,30	0,70
6						
7						
	11 часов					
	Сок пакетир.	200	90	0,00	0,00	22,40
ОБЕД						
1	Борщ из св.капусты	250	100,7	1,65	5,17	11,90
2	Птица отварная	100	242,86	23,57	16,29	0,57
3	Хлеб пшеничный	40	94	3,04	0,32	19,68
4	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
5	К-т из сух.	200	81	0,30	0,00	20,10
6	Капуста тушеная	100	14,4	0,66	0,12	2,28
7	Картофельное пюре	180	165,6	3,78	7,92	19,62
8	Апельсин св.	240	76	1,60	0,40	15,00
9	Вафли	38	140	1,12	1,32	30,92
10	Шоколад	50				

Зав.производством Клевакина Н.В.