

УТВЕРЖДАЮ  
 директор Е.А. Чижевская  
 21 июня 2022 г.



**МЕНЮ**  
 летнего лагеря  
 оздоровительный, профильный, лагерь труда и отдыха

**21.06.2022**

Наименование блюда	Выход блюда	цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая	№ Рецептур
			Белки	Жиры	глевод		
помидор свежий	100		1,1	0,2	3,8	24	
плов	220		22,8	29,3	39,9	515	
бутерброд с сыром	60		7,1	14,4	14,8	218	
чай с сахаром и лимоном	185\15\5		0,1		14,9	60	
фрукт	200		0,8	0,6	20,3	94	

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	цена	Пищевые вещества			Энергетическая	№ Рецептур
			Белки	Жиры	глевод		
огурец свежий	100		0,8	0,1	2,5	14	
свекольник	250		6,1	10	14,2	173	
рис отварной	180		4,4	7,1	46,7	268	
рыба запеченная с помидорами	120		18	13,9	6,8	225	
компот из сухофруктов	200				19,4	77	
хлеб пшеничный	20		1,5	0,1	9,7	46	
хлеб ржаной	30		2	0,4	11,9	59	
<b>Итого за прием пищи</b>		<b>263</b>				<b>1949</b>	