



УТВЕРЖДАЮ
директор *Б.А. Чижевская*
6 июля 2022 г.

МЕНЮ
летнего лагеря
оздоровительный, профильный, лагерь труда и отдыха

06.07.2022

| Наименование блюда | Выход блюда | цена,руб. | Пищевые вещества | | | Энергет ическая | № Рецептур |
|-----------------------|----------------|-----------|------------------|------|--------|--------------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | глевод | | |
| каша пшенная молочная | 200 | | 7,2 | 8,9 | 31,5 | 236 | |
| бутерброд с джемом | 60 | | 1,8 | 8,5 | 29,7 | 202 | |
| какао с молоком | 200 | | 3,8 | 3,7 | 24,3 | 147 | |
| фрукт | 200 | | 3 | 1 | 42 | 192 | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Выход блюда | цена | Пищевые вещества | | | Энергет ическая | № Рецептур |
|----------------------------|----------------|------------|------------------|------|--------|--------------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | глевод | | |
| помидор свежий | 100 | | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24 | |
| щи из свежей капусты | 250 | | 2,1 | 6,5 | 9,3 | 109 | |
| жаркое по - домашнему | 220 | | 13 | 31,3 | 22,5 | 424 | |
| 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 | |
| Итого за прием пищи | | 203 | | | | 1517 | |