

Утверждаю.

ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С.

МКОУ ЧОШ № 2

Наименование учебного учреждения

Оздоровительный лагерь

Меню на 10.04. 2023 г.

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд со слив. маслом	30/20		209	
Каша рисовая на молоке	250		369	
Чай чёрный с сахаром	180		52	
Яблоко	100		44	
Хлеб пшеничный в/с	30		57	
Итого	610		731	

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Огурцы свежие нарезка	60		12	
Борщ по-украински	200		254	
Гуляш	90		283	
Каша гречневая со слив. масл	140/10		233	
Компот из сухофруктов	200		132	
Хлеб пшеничный в/с	40		76	
Хлеб ржаной	40		84	
Итого	780		1074	