



Утверждаю.
ИП Юмагулова Я.С.
Юмагулова Я.С.

школы чссч ~ 2

Наименование учебного учреждения

Оздоровительный лагерь

Меню на 11.07 2023г.

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 пшеничная на молоке	250		348	
Чай чёрный с сахаром	180		52	
Хлеб пшеничный в/с	30		57	
Итого	510		666	

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Салат из моркови со сметаной	60		56	
Суп картофельный с пшеном	200		167	
Биточки мясные из свинины с соусом	100/20		321	
Макароны отварные со слив. маслом	140/10		222	
Сок мультивитаминный	200		92	
Хлеб пшеничный в/с	40		76	
Хлеб ржаной	40		84	
Итого	810		1018	