

МЕНЮ

Согласовано:

начальник лагеря *Халилова* М. А. Халилова
 медсестра *Жукова* М. А. Жукова

Утверждено МОУ «СОШ № 15 Андреевский»
 МОУ «СОШ № 15 Андреевский»
 Директор *Чижикова* Ж.И. Чижикова



Дата 09.06. 2021 г.

Прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 8.45	210	Омлет натуральный в масле	150/10	320	15,90	27,10	16,80
	1	Фруктовый салат в масле	10/30	136	2,36	7,48	14,80
	382	Каша в масле	200	134,79	3,87	3,48	22,90
		Хлеб пшеничный	30	69,00	2,28	0,27	14,07
Обед 13.15	82	Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,94	8,45
	284	Запеченный картофель в масле	250/10	234,94	4,91	10,89	21,71
	342	Каша из овсяных хлопьев	200	114,60	0,16	0,16	24,90
		Хлеб пшеничный	40	157,08	4,63	0,46	32,69
		Хлеб ржаной	40	72,00	2,64	0,98	14,12
	338	Фрукты (бананы)	150	141,00	2,28	0,38	31,50
	71	Свежий натуральный сок (апельсин)	60	6,00	0,35	0,05	0,95