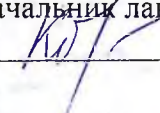


**УТВЕРЖДАЮ**

Начальник лагеря

 Е.В. Кочнева

**МЕНЮ на «15» июня 2023г.**

**(12 день)**

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
<b>1</b>	<b>Завтрак</b>					
	Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
	Каша геркулесовая молочная	180	7,80	4,69	30,16	168,84
	Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	4,95	13,75	109,14
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60
	Фрукты свежие (апельсин)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,70	131,00
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>19,95</b>	<b>22,37</b>	<b>102,88</b>	<b>670,58</b>
<b>2</b>	<b>Обед</b>					
	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	14,00
	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	250/10	6,13	21,91	18,84	252,00
	Тефтели из говядины (без риса) в томатном соусе	80/40	10,05	9,78	10,31	169,36
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,52	2,76	47,68	256,80
	Нектар плодовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80
	<b>Итого</b>	<b>980</b>	<b>37,03</b>	<b>35,75</b>	<b>152,81</b>	<b>1036,76</b>
<b>3</b>	<b>Полдник</b>					
	Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>107,00</b>