



МЕНЮ на 07.06 2023 г. 5 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5-10 лет

		Б	Ж	У	К
Завтрак					
Суп молочный с вермишелью с маслом сливочным	200	9,20	11,20	39,60	282,00
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед					
Винегрет овощной с растительным маслом.	60	0,50	3,10	21,46	39,03
Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/5	9,06	7,89	8,35	171,74
Рыба тушеная в томате с овощами	80/50	9,4	7,7	8,50	147,70
Рис отварной со сливочным маслом	150/5	3,65	5,37	26,69	209,70
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

		Б	Ж	У	К
Завтрак					
Суп молочный с вермишелью с маслом сливочным	250	11,50	14,00	49,50	352,50
Чай с сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед					
Винегрет овощной с растительным маслом.	100	0,83	5,17	35,77	65,05
Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/5	9,06	7,89	8,35	171,74
Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	16,50	12,6	14,50	264,80
Рис отварной со сливочным маслом	180/5	4,82	5,68	37,52	224,66
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19