

**Меню рационов питания детей и подростков
в оздоровительном лагере с дневным
пребыванием в период каникул 2023 года**

МБОУ ЦО № 20

на 24 марта 2023 г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Калорийность | Масса порции | Стоимость |
|------------|---|--------------|--------------|-----------|
| Завтрак | Бутерброд с маслом сливочным | 92,00 | 40/20 | |
| | Огурцы свежие | 17,55 | 100 | |
| | Омлет натуральный с маслом сливочным | 224,55 | 200/5 | |
| | Сосиска отварная | 130,25 | 100 | |
| | Кофейный напиток с молоком | 124,2 | 200 | |
| | Батон иодированный | 100,98 | 3/20 | |
| | | | 703,17 | |
| Обед | Маринад овощной | 10,56 | 100/2 | |
| | Суп картофельный с бобовыми и мясом и зеленью | 164,4 | 250/25/2 | |
| | Шницель мясной с маслом сливочным | 264,0 | 100/10 | |
| | Каша гречневая | 206,22 | 180 | |
| | Компот из кураги с витамином С | 131,2 | 200 | |
| | Хлеб ржаной | 178,24 | 2/45 | |
| | Батон иодированный | 100,98 | 1/50 | |
| | | | 955,04 | |
| Полдник | Фрукты свежие (груши) | 27,3 | 250 | |
| | Кондитерские изделия (пряник) | 168,8 | 150 | |
| | Йогурт питьевой | 40,17 | 200 | |
| Итого | | | | 203,00 |