

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

МБОУ ЦО № 20

на 29 мая 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