

**МЕНЮ**  
**Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей**  
**Возрастная категория 7-12,с 12 лет и старше**

**МБОУ ЦО №1**

на «31» октября 2022г..

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр)	Калорийность (Энергетическая ценность) (Ккал)
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный	200	326.2
	Чай с молоком	200	81
	Батон	50	131
	Масло сливочное	10	74.8
			<b>613</b>
<b>Обед</b>	Салат из свеклы отварной	100	89
	Рассольник «Ленинградский»	250	137.5
	Картофельное пюре	180	165.6
	Тефтели с рисом «Ежики»	100	221
	Компот из кураги	200	81
	Батон нарезной	30	78.6
	Хлеб пшенично-ржаной	30	54.3
			<b>827</b>
<b>Полдник</b>	Кисель плодово - ягодный	200	122
	Крендель сахарный	50	190
	Груша	1шт	47
			<b>359</b>
<b>Стоимость питания</b>		<b>260</b>	
<b>Накл.расходы</b>		<b>40.1</b>	
<b>Всего за день</b>		<b>300.1</b>	<b>1799</b>