

**МЕНЮ ЛЕТНЕГО ДЕТСКОГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ**

**ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ НА БАЗЕ МБОУ ОГ №3**

**06 июня 2024г.**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№рецептуры*** | ***Наименование*** | ***Выход*** |  | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | ЭЦ(ккал) |
| **311** | **Каша геркулесовая с маслом** | **0,230/10** | 6,6 | 14,63 | 27,90 | 271,00 |
| **3.05** | **Бутерброд с сыром и маслом** | **40/15/5** | 6,54 | 8,86 | 19,72 | 186 |
| **692** | **Чай со сгущённым молоком** | **200/20** | 3,46 | 3,27 | 27,93 | 153 |

**Обед**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***Наименование*** | ***Выход*** |  | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | ЭЦ(ккал) |
| **576** | **Гарнир из консервированного горошка** | **30** | 0,93 | 0,06 | 1,95 | 12 |
| **147** | **Суп с макаронными изделиями на курином бульоне** | **250** | 3,59 | 2,91 | 17,04 | 105 |
| **443** | **Плов со свининой** | **150/50** | 14,65 | 29,08 | 36,63 | 505,00 |
| **1012** | **Хлеб ржаной порция** | **40** | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 70 |
| **1011** | **Хлеб пшеничный порция** | **40** | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 |
| **639** | **Компот из смеси сухофруктов** | **200** | 0,60 | 0,07 | 21,68 | 91 |

**222=05**