

**МЕНЮ ЛЕТНЕГО ДЕТСКОГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ**

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

**13 июня 2024г.**

**Завтрак**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№рецептуры*** | ***Наименование*** | ***Выход*** |  |
| Белки | Жиры | Углеводы | ЭЦ(ккал) |
| **366** | **Запеканка из творога** | **120** | 17,85 | 14,7 | 18,23 | 283 |
| **1025** | **Повидло** | **30** | 0,1 | 0 | 10,28 | 42 |
| **1.03** | **Бутерброд с маслом** | **40/10** | 3,09 | 8,57 | 19,76 | 169 |
| **685** | **Чай с сахаром** | **200/10** | 0,2 | 0,05 | 10,02 | 40,00 |
| **627** | **Яблоко** | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |

**Обед**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ***Наименование*** | ***Выход*** |  |
| Белки | Жиры | Углеводы | ЭЦ(ккал) |
| **576** | **Кукуруза консервированная** | **30** | 0,55 | 0,00 | 2,80 | 14,00 |
| **139** | **Суп картофельный с горохом** | **250** | 6,15 | 3,22 | 22,52 | 139 |
| **462** | **Тефтели мясные**  | **80** | 7,79 | 9,65 | 9,11 | 153 |
| **587** | **Соус томатный** | **50** | 1,3 | 2,4 | 4,2 | 44 |
| **508** | **Каша рисовая** | **150** | 3,52 | 7,93 | 36,96 | 234 |
| **1012** | **Хлеб ржаной порция** | **40** | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 70 |
| **1011** | **Хлеб пшеничный порция** | **40** | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 |
| **686** | **Чай витаминизированный** | **200/10** | 0,2 | 0,05 | 13,73 | 53 |

**222=05**