

«Утверждаю»

Директор МБОУ МО Плавский район «ПСОШ№1»

В.А. Белоножкина

МЕНЮ
Пришкольный лагерь
МБОУ МО Плавский район « ПСОШ№1»

на « 25 » марта 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	10	66,1
	Горошек зеленый	60	22,1
	Омлет натуральный	160	240,5
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	Апельсин	200	70
	Батон нарезной	30	78,5
			558,20
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	49,9
	Суп из овощей	200	71,2
	Макароны отварные	150	196,8
	Котлета из курицы	90	151,8
	Соус сметанный	50	46,5
	Компот из свежих яблок	200	41,6
	Хлеб ржаной	30	58,7
	Батон нарезной	30	78,5
		720,80	
Полдник	Вафли мягкие	50	171
	Сок	200	87
	Яблоко	170	76
		334	

