

«Утверждаю»

Директор МБОУ МО Плавский район «ПСОШ№1»

В.А. Белоножкина

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

на « 26 » марта 2024 г.

| Прием пищи     | Наименование блюда             | Масса порций (гр) | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|--------------------------------|-------------------|--------------------------------|
| <b>Завтрак</b> | Каша жидкая молочная овсяная   | 200               | 192,7                          |
|                | Какао с молоком                | 220               | 110,5                          |
|                | Батон нарезной                 | 30                | 78,5                           |
|                | Банан                          | 250               | 122,9                          |
|                | Сыр твердых сортов в нарезке   | 30                | 107,5                          |
|                | Мини рулет                     | 40                | 174                            |
|                |                                |                   | <b>670</b>                     |
| <b>Обед</b>    | Винегрет с растительным маслом | 100               | 111,9                          |
|                | Суп картофельный с клецками    | 200               | 93,6                           |
|                | Каша гречневая рассыпчатая     |                   | 253                            |
|                |                                | 150               |                                |
|                | Печень говяжья по-строгановски |                   | 213                            |
|                |                                | 110               |                                |
|                | Компот из кураги               | 200               | 66,9                           |
|                | Хлеб ржаной                    | 30                | 58,7                           |
|                | Батон нарезной                 | 30                | 78,5                           |
|                |                                | <b>800</b>        | <b>817</b>                     |
|                |                                |                   |                                |
| <b>Полдник</b> | Пирожное песочное              | 80                | 424                            |
|                | Йогурт питьевой                | 200               | 116                            |
|                |                                |                   | <b>280</b>                     |

