



«Утверждаю»
Начальник лагеря «Орленок»

М.В. Базайкина

Базайкина М.В.

МЕНЮ НА 13 ИЮНЯ 2025 ГОДА

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал
Завтрак					
Бутерброд с повидлом	30/25	6,2	6,6	10,2	124
Омлет на молоке	150	3,6	3,2	25,6	139
Хлеб пшеничный	25	4,5	1,2	29,2	70
Чай с лимоном	200	0	0	15	42
Яйцо отварное	1 шт.	3,6	3,2	25,6	139
Пряник	50	4,8	2,8	42,1	165
Обед					
Овощная нарезка	100	1,9	8,3	4,7	90
Суп гороховый с курицей	250	12,0	13,1	5,7	317
Плов	200	21,0	11,9	35,5	318
Какао с молоком	200	3,4	3,19	15,4	107
Хлеб пшеничный	50	4,5	1,2	29,2	140
Фрукты свежие	200	0,8	-	19,6	90
Стоимость, руб.		217,85			