«Утверждаю»
Начальник лагеря «Орленок»

_____Базайкина М.В.

МЕНЮ НА 19 ИЮНЯ 2025 ГОДА

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал
Завтрак					
Бутерброд с маслом	30/25	6,2	6,6	10,2	124
Блины со сгущенным молоком	150/60	1,8	7,8	12,3	396
Чай с лимоном	200	0	0	15	42
Обед					
Салат из св.овощей	100	1,9	8,3	4,7	90
Суп гороховый с тушенкой	250	5,8	5,7	20,5	146
Минтай на пару	90	17,3	11,5	4,3	178
Картофельное пюре	150	3,9	3,7	29,2	158
Чай с лимоном	200	0	0	15	42
Хлеб пшеничный	50	4,5	1,2	29,2	140
Фрукты свежие	200	0,8	-	19,6	90
Стоимость, руб.	**217,85**				