

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №10»**

**Неделя 3**

**День 12**

**МЕНЮ**

**на 9 июля 2024 года**

<i>Наименование блюда</i>	<i>Выход 6,6 -10 лет</i>	<i>калорийность</i>	<i>Выход с 11 и старше</i>	<i>калорийность</i>
<b>З а в т р а к</b>				
Икра кабачковая	70	51,6	100	73,1
Омлет натуральный	160	275,1	200	343,9
Сок фруктовый (яблочный)	200	88,5	200	88,5
Хлеб пшеничный	30	84,4	30	84,4
<b>ИТОГО:</b>		<b>499,6</b>		<b>590</b>
<b>О б е д</b>				
Борщ с капустой с картофелем	200	95,8	<b>300</b>	143,6
Рыба минтай припущенная	90	220,3	<b>100</b>	244,7
Картофель отварной	150	142,3	<b>200</b>	189,7
Кисель фруктовый	200	123,1	<b>200</b>	123,1
Хлеб пшеничный	30	84,4	<b>30</b>	84,4
Хлеб ржано- пшеничный	20	34,2	<b>30</b>	50,7
<b>ИТОГО</b>		<b>700</b>		<b>836,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1199,6</b>		<b>1426,2</b>
<b>Стоимость за день</b>		<b>144,66</b>		<b>170,00</b>

Начальник лагеря

Я.А. Нестерова

Повар-бригадир

Е.А. Дрогалина

