

МЕНЮ

На 07 июня

Оздоровительный лагерь

Наименование блюда	выход	Ккал	Время Приема пищи
Завтрак:			
Каша рисовая вязкая	150	195,8	09.00-
Масло сливочное	10	74,8	- 09.30
Яйца вареные	1	49,1	
Кофейный напиток	200	90,1	
Батон	30	71,4	
Хлеб пшеничный	70	149,2	
Сок	200	91,4	
Итого за прием пищи:		721,8	
Обед:			
Рассольник ленинградский	250	194,4	12.30 -
Мясо тушеное с капустой	250	413,2	- 13.00
Компот из сухофруктов	200	116,6	
Хлеб пшеничный	80	170,6	
Хлеб ржаной	80	146,9	
Итого за прием пищи:		1041,7	
Полдник:			
Манник	200	375,9	16.20-
Йогурт 2,5% жирности	200	90,4	-16.40
Банан	178	171,7	
Итого за прием пищи:		638	
Всего за день:		2401,5	

Саша