

МЕНЮ

На 13 июня

Оздоровительный лагерь

Наименование блюда	выход	Ккал	Время Приема пищи
Завтрак:			
Омлет с сыром	120	235,5	09.00-
Масло сливочное	10	74,8	- 09.30
Батон	30	67,7	
Кофейный напиток	200	95,5	
Хлеб пшеничный	70	149,2	
Сок	200	91,4	
Итого за прием пищи:		714,1	
Обед:			
Салат из свежих помидоров	100	116,3	12.30 -
Борщ с картофелем	250	195,8	- 13.00
Каша гречневая рассыпчатая	150	204,9	
Бефстроганов	50	311,0	
Компот из апельсинов	200	121,3	
Хлеб пшеничный	80	170,6	
Хлеб ржаной	80	146,9	
Итого за прием пищи:		1266,8	
Полдник:			
Печенье топленое молоко	70	219,7	
Молоко пастеризованное	200	113,9	
Яблоко	167	456,5	16.20-
Итого за прием пищи:		790,1	-16.40
Всего за день:		2771,0	

Саша