

МЕНЮ

На 17 июня

Оздоровительный лагерь

Наименование блюда	выход	Ккал	Время Приема пищи
Завтрак:			
Каша овсяная «Геркулес» вязкая	200	277,3	09.00-
Масло сливочное	10	74,8	- 09.30
Сыр	30	97,2	
Кофейный напиток	200	100,2	
Хлеб пшеничный	70	149,2	
		698,7	
Итого за прием пищи:			
Обед:			
Салат из свежих помидор	100	114,1	12.30 -
Суп овощной	250	175,7	- 13.00
Котлета	100	270,7	
Гороховое пюре	150	296,2	
Кисель из концентрата	200	104,7	
Хлеб пшеничный	80	170,6	
Хлеб ржаной	80	146,9	
		1278,9	
Итого за прием пищи:			
Полдник:			
Печенье к чаю	137	517,5	16.20-
Кефир 2,5% жирности	200	121,1	-16.40
Банан	150	155,6	
		794,2	
Итого за прием пищи:			
		2771,8	
Всего за день:			

саша