

МЕНЮ

На 18 июня

Оздоровительный лагерь

Наименование блюда	выход	Ккал	Время Приема пищи
Завтрак:			
Творожная запеканка со сг. молоком	180/45	731,4	09.00-
Масло сливочное	10	74,8	- 09.30
Какао с молоком	200	149,8	
Хлеб	70	149,2	
Итого за прием пищи:		1105,2	
Обед:			
Салат фруктовый	100	203,2	12.30 -
Борщ с фасолью и картофелем	250	211,0	-13.00
Плов из птицы	250	496,2	
Компот из сухофруктов	200	116,6	
Хлеб пшеничный	80	170,6	
Хлеб ржаной	80	146,9	
Итого за прием пищи:		1344,5	
Полдник:			
Вафли сливочные	65	301,9	16.20-
Йогурт 2,5%	200	90,5	-16.40
Яблоко	138	377,2	
Итого за прием пищи:		769,6	
Всего за день:		3219,3	

саше