

МЕНЮ
на 20 июня
ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

Наименование блюда	Выход	Ккал	время
			приема пищи
Завтрак			
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	195	264,9	9,10
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	93	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	149,2	
СОК	200	91,4	
Итого за прием пищи:		673,3	
Обед			
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	99,4	13,00
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	242,4	
КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	75	313,1	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	266,7	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	116,6	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	170,6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	146,9	
Итого за прием пищи:		1355,7	
Полдник			
ПЕЧЕНЬЕ БАБА МАНЯ	54	222,6	16,20
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	200	129,7	16,30
БАНАН	156	150,5	
Итого за прием пищи:		502,8	
Всего за день:		2531,8	

ИИИ

