

меню
НА 22 ИЮНЯ
ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

Наименование блюда	Выход	Ккал	время
			приема пищи
Завтрак			
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	285	9,10
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	
СЫР	21	70,3	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	95,5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	149,2	
СОК	200	91,4	
Итого за прием пищи:		766,2	
Обед			
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	55	22,2	13,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	260,4	
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	75	354,5	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	209,3	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	116,6	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	183,2	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	161,1	
Итого за прием пищи:		1307,3	
Полдник			
ПЕЧЕНЬЕ НЕВЕСТА СЛИВОЧНОЕ	73	257,5	16,20
СОК	200	91,4	16,30
НЕКТАРИН	96	38,1	
Итого за прием пищи:		387	
Всего за день:		2460,5	

Смирнов