



Ежедневное меню .Летний лагерь

1 день.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность	Цена ,руб
Завтрак:			
Лапша молочная	200	227,16	15-93
Чай с сах.	250	86,4	2-45
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Бутерброд с сыром и маслом.	60	32,1	22-00
Обед:			
Борщ со св. капусты	200	167,0	12-02
Плов с мяс. кур.	180	264,6	30-20
Салат из св. помидор	30	110,14	8-40
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Кофейный напиток	250	124,0	11-03
Полдник:			
Яблоко	220	388,0	33-01

Ответственный по питанию Баранова Л.А.



Ежедневное меню .Летний лагерь

2 день.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность	Цена ,руб
Завтрак:			
Каша геркулес молочная.	200	227,16	14-41
Чай с сах.	250	86,4	2-45
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
печенье	40	35,1	22-00
Обед:			
Суп картоф. гороховый	200	167,0	5-53
Пюре карт+тефтели из гов.	180	264,6	42-09
Салат из св. огурцов	40	110,14	8-90
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Компот из сухофр.	250	124,0	6-20
Полдник:			
Банан	200	250,0	33-46

Ответственный по питанию Баранова Л.А.



Ежедневное меню .Летний лагерь

3 день.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность	Цена ,руб
Завтрак:			
Каша пшенная молочная.	200	227,16	12-31
Чай с сах.	250	86,4	2-45
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Рогалик с повидлом.	40	32,1	22-00
Обед:			
Суп с макар-ми изд-ми	200	167,0	7-73
гречка+тефтели из гов.	180	264,6	40-96
Салат из св. капусты	50	110,14	13-58
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
компот	250	124,0	6-20
Полдник:			
Апельсин	130	124,0	29-81

Ответственный по питанию Баранова Л.А.



Ежедневное меню .Летний лагерь

4 день.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность	Цена ,руб
Завтрак:			
Каша манная молочная.	200	227,16	12-93
Чай с сах.	250	86,4	2-45
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Булочка сдобная.	40	32,1	22-00
Обед:			
Суп картоф. с фасолью	200	167,0	16-50
Макароны с кур.	180	264,6	31-46
Салат из св. огурцов и помидоров	50	110,14	13-50
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Компот из сухофр.	250	124,0	6-20
Полдник:			
Сок яблочный	200	124,0	30-00

Ответственный по питанию Баранова Л.А.



Ежедневное меню .Летний лагерь

5 день.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность	Цена ,руб
Завтрак:			
Лапша молочная.	200	227,16	13-37
Чай с сах.	250	86,4	2-45
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Булочка с изюмом	40	32,1	22-00
Обед:			
Суп картоф.рисовый	200	167,0	11-70
Гороховое пюре с,мяс. гов.	180	264,6	29-59
Салат витаминный	50	110,14	14-40
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Кофе нап.	250	124,0	11-53
Полдник:			
Йогурт	100	388,0	30-00

Ответственный по питанию Баранова Л.А.



Ежедневное меню .Летний лагерь

6 день.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность	Цена ,руб
Завтрак:			
Лапша молочная молочная.	200	227,16	15-93
Чай с сах.	250	86,4	2-45
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Печенье	40	32,1	22-00
Обед:			
Борщ со св. капусты	200	167,0	12-02
Плов с мяс. кур.	180	264,6	35-53
Салат из св. помидор	30	110,14	7-40
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Кофейный напиток	250	124,0	11-03
Полдник:			
Яблоко	100	388,0	28-68

Ответственный по питанию Баранова Л.А.



Ежедневное меню .Летний лагерь

7 день.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность	Цена ,руб
Завтрак:			
Каша геркулес молочная.	200	227,16	14-41
Чай с сах.	250	86,4	2-45
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
печенье	40	35,1	22-00
Обед:			
Суп картоф. гороховый	200	167,0	5-53
Пюре карт+тефтели из гов.	180	264,6	47-42
Салат из св. огурцов	40	110,14	8-90
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Компот из сухофр.	250	124,0	6-20
Полдник:			
Банан	200	124,0	28-13

Ответственный по питанию Баранова Л.А.



Ежедневное меню .Летний лагерь

8 день.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность	Цена ,руб
Завтрак:			
Каша пшениная молочная.	200	227,16	12-31
Чай с сах.	250	86,4	2-45
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Булочка ванильная.	40	32,1	22-00
Обед:			
Суп с макар-ми изд-ми	200	167,0	7-73
гречка+тефтели из гов.	180	264,6	40-96
Салат из св. капусты	50	110,14	13-58
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
компот	250	124,0	6-20
Полдник:			
Апельсин	130	146,0	29-81

Ответственный по питанию Баранова Л.А.



Ежедневное меню .Летний лагерь

9 день.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность	Цена ,руб
Завтрак:			
Каша манная молочная.	200	227,16	12-93
Чай с сах.	250	86,4	2-45
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
печенье	40	32,1	22-00
Обед:			
Суп картоф. с фасолью	200	167,0	11-50
Макароны с кур.	180	264,6	24-85
Салат из св. огурцов и помидоров	100	110,14	25-11
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Компот из сухофр.	250	124,0	6-20
Полдник:			
Сок яблочный	200	124,0	30-00

Ответственный по питанию Баранова Л.А.



Ежедневное меню .Летний лагерь

10 день.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность	Цена ,руб
Завтрак:			
Лапша молочная.	200	227,16	13-37
Чай с сах.	250	86,4	2-45
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
печенье	40	32,1	22-00
Обед:			
Суп картоф.рисовый	200	167,0	8-57
Гороховое пюре с мяс. гов.	180	264,6	32-72
Салат витаминный	50	110,14	14-40
Хлеб в\с	40	36,2	1-80
Кофе нап.	250	124,0	11-53
Полдник:			
Йогурт	100	388,0	30-00

Ответственный по питанию Баранова Л.А.