

УТВЕРЖДАЮ
Начальник лагеря с круглосуточным
пребыванием «Юнармеец»
М.Б. Бутузова

Ежедневное меню лагеря с круглосуточным пребыванием «Юнармеец»

Дата: 18.07.2024

Сезон: летний период

Неделя: первая

День: 2 день

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Завтрак	Бутерброд с маслом	60	204
	Сыр (порциями)	30	108
	Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/20	279,6
	Чай с лимоном и сахаром	200	41,6
	Итого за Завтрак:	290	633,2
Завтрак 2	Фрукты свежие (персики-нектарин)	200	84,74
	Итого за завтрак 2	200	84,74
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	62,38
	Суп из овощей	250	122,96
	Котлета из говядины	90	205,2
	Картофельное пюре	150	137,25
	Компот из смеси сухофруктов	200	94,2
	Хлеб пшеничный	100	214,4
	Хлеб ржаной	70	127,4
	Итого за Обед:	960	963,79
Полдник	Сок	200	36
	Вафли	80	283,2
	Итого за Полдник:	280	319,2
Ужин	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	12,5
	Птица отварная	110	261,25
	Макаронные изделия отварные	220	247,06
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	80
	Хлеб пшеничный	100	214,4
	Хлеб ржаной	70	127,4
	Итого за Ужин:	800	942,61
Ужин 2	Кисло-молочный напиток (кефир)	200	100
	Печенье	80	190,4
	Итого за Ужин 2:	280	290,4

Согласованно с поваром _____ /Бутузова Н.А./

_____ /Катюхина Т.Г./