

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



Ежедневное меню лагеря с круглосуточным пребыванием «Юнармеец»

Дата: 23.07.2024

Сезон: *летний период*

Неделя: *первая*

День: *7 день*

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Завтрак	Бутерброд горячий с сыром	55	191,4
	Яйцо вареное	40	56,6
	Каша молочная жидкая (рисовая)	250	234,52
	Какао с молоком	200	145,2
	Итого за Завтрак:	490	627,72
Завтрак 2	Фрукты свежие	200	91,01
Обед	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	28,88
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	18,45
	Фрикадельки в томатно-сметанном соусе	75/75	0,97
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	
	Компот из свежих яблок с лимоном	200	6,6
	Хлеб пшеничный	100	0
	Хлеб ржаной	70	0
	Итого за Обед:	870	54,9
Полдник	Сок фруктовый	200	36
	Пряники	80	238
	Итого за Полдник:	280	274
Ужин	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	22,5
	Котлета рыбная (минтай)	100	115,9
	Картофельное пюре	220	201,3
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	80
	Хлеб ржаной	70	127,4
	Хлеб пшеничный	100	214,4
Итого за Ужин:	790	761,5	
Ужин 2	Кисло-молочный напиток	200	100
	Вафли	80	283,2
	Итого за Ужин 2:	280	383,2
	Итого за день:	2830	2929,83

Согласованно с поваром Бузу /Бутузова Н.А./

Катю /Катюхина Т.Г./