

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

Ежедневное меню лагеря с круглосуточным пребыванием «Юнармеец»

Дата: 27.07.2024

Сезон: летний период

Неделя: вторая

День: 4 день

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Завтрак	Бутерброд горячий с сыром	55	191,4
	Яйцо вареное	40	56,6
	Каша пшеничная молочная жидкая	220	277
	Чай с сахаром	200	28
	Итого за Завтрак:	460	553
Завтрак 2	Фрукты свежие (апельсин)	200	36,66
Обед	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	112,6
	Суп картофельный	250	101,25
	Птица тушеная	80/80	225
	Капуста тушеная	200	284,7
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	110
	Хлеб пшеничный	70	214,4
	Хлеб ржаной	70	127,4
	Итого за Обед:	890	1175,35
Полдник	Сок фруктовый	200	36
	Печенье	80	190,4
	Итого за Полдник:	280	226,4
Ужин	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	22,5
	Запеканка картофельная с мясом	220	372,49
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	80
	Хлеб пшеничный	100	214,4
	Хлеб ржаной	70	127,4
Итого за Ужин:	690	816,79	
Ужин 2	Кисло-молочный напиток	200	100
	Пряники	80	238
	Итого за Ужин 2:	280	338
	Итого за день:	3940	5324,29

Согласованно с поваром Бутузова Н.А./

Катюхина Т.Г./