

Утверждаю
начальник лагеря

Е.И.

«23» 06 2022 г.

МЕНЮ

Наименование блюд	Выход		Цена		Калорийность
	до 11 лет	с 12 лет	до 11 лет	с 12 лет	
Завтрак					
Затяжка из творога	200	200	57,50	57,50	388
Джем	30	30	5,45	5,45	19
Чай с сахаром	200	200	1,14	1,14	38
Хлеб мякишковый	35	35	1,96	1,96	82
Хлеб ржаной	35	35	1,96	1,96	72
Второй завтрак					
Сок	200	200	21	21	
Обед					
Зеленый горошек	65	105	10,88	17,58	41/67
Суп гороховый	200	200	7,81	7,81	98
Рыба, припущенная в молоке	90	100	19,01	19,56	70/78
Рис отварной	150	180	9,77	11,49	219/263
Компот из яблок с лимонами	200	200	9,29	9,29	60
Хлеб мякишковый	35	35	1,96	1,96	82
Хлеб ржаной	35	35	1,96	1,96	72
Всего за день:	1,475	1,555	149,69	158,66	474,98/720

Меню составил повар *Гука*