

Юмагулова Я.С./



Оздоровительный лагерь
наименование учреждения

Меню на сегодня 04.07.2023₂

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд со слив. масл.	30/20		209	
Каша ячневая на молоке	250		348	
Чай чёрный с сахаром	180		52	
Яблоко	100		44	
Сладкий напиток	30		57	
Итого	610		710	

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Салат из белокоготки. капуста 60			72	
Рассольник Петербургский 200			155	
Филе кур. тушенное в соусе 90			151	
Рис отварной со слив. маслом 140/10			202	
Чай с лимоном 200/7			57	
Хлеб пшеничный 40			76	
Хлеб ржаной 40			84	
Итого	787		797	