

Директор МБОУ Калининская СОШ

УТВЕРЖДАЮ:

Калдузова В.В.

документов



Ежедневное меню в лагере дневного пребывания «Ромашка»

Дата: 26.06.2023

Сезон: летний период

Неделя: вторая

День: седьмой день примерного меню

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
ЗАВТРАК	Яблоко	100	44,4
	Яйцо вареное	40	56,6
	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	251
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	Хлеб пшеничный	30	81,9
	Хлеб ржаной	15	25,6
	Итого на завтрак:		595
ОБЕД	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	37,6
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	89,75
	Фрикадельки в томатно-сметанном соусе	150	202,5
	Гречневая каша рассыпчатая	150	233,7
	Компот из смеси сухофруктов	200	94,2
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Итого на обед:		855
Всего за седьмой день		1450	1250,65