

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель ЛБОУ СОШ № 1 г. Поронайск
с дневным пребыванием детей

С.П. Николаева Р.А.



Ш № 1 г. Поронайск
Скряпник

**МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ
ЛЕТНЕГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ
(7 ЛЕТ И СТАРШЕ)**



МЕНЮ

7 лет и старше

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ 200	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 200/10	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 200	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 180/15	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ 200/15	КАША "ДРУЖБА" 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ 200
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/7	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/7	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/7	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	ГРУША 200	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЯБЛОКО 200	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ 67	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50
АПЕЛЬСИН 250	ЧАЙ С САХАРОМ 200		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/7	ЯБЛОКО 200	ГРУША 200		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/7	ЯБЛОКО 200	АПЕЛЬСИН 250
	БАНАН 200		БАНАН 200				БАНАН 200		
Обед									
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100	САЛАТ ЛЕТНИЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 100
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ 250	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 250/5	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 250/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250/0/40	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250/0/50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ 250	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 250/5/50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250/0/50	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 250/0/30
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 280	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	ПЛОВ 280	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180
КОТЛЕТЫ 100	ГУЛЯШ 100	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 120	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ 100	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ 100	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 100	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 200	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 120	ПЕЧЕНЬ В СОУСЕ 100
СОУС ТОМАТНЫЙ №348 25	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 25	СОК 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 25	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	КВИН 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ 100	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	АПЕЛЬСИН 250	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400
ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400			ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400			ГРУША 200		ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	
НЕКАРИН 200								АПЕЛЬСИН 250	