

(7-17)-лет

ЛЕТНЕГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ

ДЛЯ

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

СОЛТАСОВАНО:  
Руководитель АБОУ СОШ с Восток  
с дневным пребыванием детей  
*С. С. Сидорова с. е.*

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ СОШ с. Восток  
А. И. Ищенко  


Директор



Меню

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ 200/119	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОБСЯНАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 200	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 185/010	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 200	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СМЕТАНОЙ 200/015	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ 200
МОЛОКО 200	МОЛОКО 200	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ 40	МОЛОКО 200	МОЛОКО 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/015	ЯБЛОКО 200	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ 40	МОЛОКО 200	МОЛОКО 200
АПЕЛЬСИН 250	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 185/157	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 185/157	ЧАЙ С САХАРОМ 185/015	МОЛОКО 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 185/157	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 50	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ 62/002	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 185/157	ГРУША 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/015	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	ЯБЛОКО 200	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30/10	МОЛОКО 200	МОЛОКО 200	ЯБЛОКО 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/015
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	ВАФЛИ 40	МОЛОКО 200	БАНАН 200	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	ГРУША 200	ПЕЧЕНЬЕ 40	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 185/157	ЧАЙ С САХАРОМ 185/015	АПЕЛЬСИН 250
ПЕЧЕНЬЕ 40		БАНАН 200	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ 40	ПРЯНИК 40			БАНАН 100	ВАФЛИ 40	
<b>Обед</b>									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 250/050	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 250/050	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮЙ 250/050	РАСОУПЬНИК СО СМЕТАНОЙ 250/050	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИАДЕЛЬЯМИ 250/040	СУП ГОРОХОВЫЙ 250/050	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 250/050	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮЙ 250/050	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250/050	СУП РЫБНЫЙ 250/050
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	ЖАРКОЕ ПО-ДОМЩИНЕМУ 200	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 180	ПЛОД 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180
КОТЛЕТЫ 100	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 100	ГУЛЯШ 180	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 120	РЫБА ПРИУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ 90	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦАМИ 100	ХЛЕБ 50	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНОМ СОУСЕ 115	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 120	СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ 100
СОУС ТОМАТНЫЙ №348 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	САЛАТ ИЗ РЕДИСА 100	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100	СОУС СВЕКОЛЬНИК ФРУКТОВЫЕ И ВЕГЕТАРИАНСКИЙ 200	ХЛЕБ 50	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ХЛЕБ 50	САЛАТ ЛЕТНИЙ 100	ХЛЕБ 50
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100	НАПИТОК ИЗ КЛУБНИКИ 200	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 25	ХЛЕБ 50	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ХЛЕБ 50	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ 50	ХЛЕБ 50	ХЛЕБ 50	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
ХЛЕБ 50	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ 200	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	НАПИТОК ИЗ КЛУБНИКИ 200
ВОДА ПИТЬЕВАЯ 400		ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 100		КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ 200	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЧЕСНОКОМ 100
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30			НАПИТОК ИЗ КЛУБНИКИ 200						