

Meniu pr 10 Zile la Tabara de copii

Pine de secara	100		100
<b>Chindii</b>			
Covrigei	100		100
Fructe de sezon(mere,pere,caise,struguri,cirese,visine)	110		100
Chefir	200		200
<b>Cina</b>			
Sufleu din brinza cu smintina			150/10
Brinza proaspata de vaci	100		
Lapte	30		
Zahar	10		
Ou de gaina	25	22	
Unt	3		
smintina	10		
Terci de orez pe lapte			250
Orez	40		
Lapte	100		
Unt	5		
zahar	5		
Pine de griu	100		100
Ceai cu lapte			200
Ceai	0.2		
Lapte	100		
zahar	10		
Componenta chimica=protein-103, lipide-103,glucide-403, Val.cal.=2996kcal			
<b>7 Zi</b>			
<b>Dejun</b>			
Ragu din legume proaspete cu carne			250/180
Carne de gaina	180	135	
Faina de griu	5		
Cartofi	70	50	
Morcov	10	8	
Castraveti	30	28	
Ceapa	20	17	
Mazare verde	30	27	
Ulei	10		
Varza	50	40	
tomate	20	19	
Tomate în suc propriu	10		
verdeata	5	3	
Ceai cu zahar			200
Ceai	0.2		
zahar	10		
Pine de griu cu unt			100
Piine de griu	100		
unt	10		
<b>Prinz</b>			
Morcov /varza proaspata			100
Morcov	80	64	