

Mniu pr 10 Zile la Tabara de copii

Rosii	55	50	
castraveti	50	47	
Supa cu arpacas si legume si smintina			300/5
Crupa de arpacas	130		
Cartofi	100	72	
Morcovi	20	16	
Verdeata	10	6	
Ulei	5		
smintina	5		
Sarmale cu carne			
Varza	200	160	
Morcov	15	12	
Ceapa	10	8.4	
Orez	10		
Carne de gaina	150	112.5	
Ulei	4		
Tomate in suc propriu	4		
Compot din coacaza			200
Coacaza	50	47	
Zahar	10		
Pine de secara	100		100
Chindii			
Biscuiti	50		50
Fructe de sezon(prune, mere, struguri, cirese,)	110	100	100
Cina			
Terci de hrisca pe lapte			150/200
Crupa de hrisca	60		
lapte	200		
Ou fiert	50	43.5	43.5
Ceai			200
Ceai	0.2		
zahar	10		
Pine de griu	100		100
Compozitia chimica: protein-105, lipide-107,glucide-415, val.cal=3117kcal			
4 Zi			
Dejun			
Fedea cu lapte			250
Fedea	70		
Zahar	5		
Lapte	100		
unt	5		
lapte	200	200	200
Pine de griu cu unt si brinza tare			100/10/20
Piinea	100		
Unt	10		
Brinza tare	25	20	
Prinzul			