

Mniu pr 10 Zile la Tabara de copii

varza	60	48	
Supa din legume cu orez si smintina			350/10
Orez	20		
Cartofi	90	65	
Morcov	10	8	
Tomate in suc propriu	3		
Ceapa	10	8.4	
Unt	5		
Ulei	10		
smintina	10		
Legume inabusite cu peste			200/70
Peste	140	70	
Faina de griu	8		
Ulei	15		
Lapte	50		
Cartofi	80	57.6	
Varza	120	96	
Morcov	20	16	
Ceapa	10	8.6	
Tomate in suc propriu	3		
ulei	7		
Compot din piersici proaspete			200
Piersici	50	44	
zahar	10		
Pine de secara	100		100
<b>Chindii</b>			
pesmeti			200
Fructe de sezon(mere ,pere,cirese,visine,caise,struguri)	110	100	100
<b>Cina</b>			
Terci de Hercules			200
Hercules	55		
Lapte	50		
zahar	5		
Puding din brinza cu morcov			125
Brinza proaspata de vaci	70		
Zahar	10		
Oua de gaina	10	8.5	
Morcov	40	32	
Smintina	10		
Unt	2		
Faina de griu	5		
Ceai			200
Ceai	0.2		
zhar	10		
Pine de griu	100		100
Chefir mai tirziu	200		200
Componenta chimica= protein-110,lipide-103,glucide-397.val.cal=2882 kcal			
<b>8 zi</b>			
<b>Dejun</b>			
Papanasi cu morcov			200