

## Меню в Детском кайт кемпе - походе Гагарин в Крыму

- *Завтрак:*
  - домашний творог со сливками, ягодами-фруктами
  - сырники
  - каша овсяная с фруктами
  - омлет/яичница
  - оладушки
  - гренки
  - сок свежевыжатый
  
- *Второй завтрак:*
  - свежие фрукты
  - сэндвичи
  - компот, сок-фреш
  - молочный коктейль
  - печенье
  
- *Обед :*
  - Первое:
    - суп дня (борщ, шурпа, куриный, солянка)
  - Второе:
    - драники со сметаной
    - барабулька
    - мидии в кляре с салатом
    - котлеты с пюре
    - салат
    - паста из морепродуктов / болоньезе / карбонара
    - компот
  
- *Ужин:*
  - плов
  - салат
  - мидии
  - крабы
  - мясо на мангале с гарниром и салатом