



Утверждаю

Начальник оздоровительного лагеря МБОУ

"Гимназия №10 ЗМР РТ"

Орехова Л. П.

МЕНЮ**Столовая гимназии №10 (пришкольный лагерь)**

на 09 Июня 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак						
Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	13-80	6.3	7.76	32.33	222
Чай с сахаром	200	2-70	0.2	0.05	15.01	57
Батон	021	1-19	1.51	0.51	10.1	52.5
Булочка ванильная	050	4-30	3.75	4.06	26.72	159
		21-99	12	12	84	490
Обед						
Овощи свежие (огурцы) порционно	015	1-90	0.1	0.01	0.29	1.5
Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	18-40	2.13	5.69	20.17	131
Филе куриное с тушёными овощами	080	50-00	21.35	28.13	4.27	353.33
Макаронные изделия отварные	150	7-90	5.21	4.79	31.93	187
Компот из ягод	200	6-50	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	030	2-45	2.37	0.24	15.24	73
		87-15	31	39	88	812
Полдник						
Напиток сокосодержащий в промышленной упаковке	200/1 шт.	17-35	0.6	0	34	132
Сосиска в тесте	052/50	27-10	9.4	13.99	27.48	273
		44-45	10	14	61	405
Всего по меню:		153-59	53	65	234	1707

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____