

ООО "СОП"

Утверждаю  
Начальник оздоровительного лагеря МБОУ  
"Гимназия №10 ЗМР РТ"  
Орехова Л. П.

# МЕНЮ

## Столовая гимназии №10 (пришкольный лагерь) на 14 Июня 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<b>Завтрак</b>						
Сосиски отварные	052/шт	23-30	5.72	12.43	0.83	138.45
Макаронные изделия отварные	150	7-90	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром с лимоном	200/7	4-20	0.26	0.06	15.22	59
Батон	030	1-70	2.16	0.73	14.43	75
		<b>37-10</b>	<b>13</b>	<b>18</b>	<b>62</b>	<b>459</b>
<b>Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	16-40	1.85	5.57	8.03	94
Фрикадельки домашние	080	41-90	11.11	13.31	6.77	192
Рис отварной	150	11-60	3.66	6.05	33.98	212
Напиток из сока	200	5-70	0.25	0	21.32	84
Батон	033	1-89	2.38	0.8	15.87	82.5
		<b>77-49</b>	<b>19</b>	<b>26</b>	<b>86</b>	<b>664</b>
<b>Полдник</b>						
Йогурт питьевой	200	30-00	6	6	22	160
Пирожки печеные с яблоками	075	9-00	3.7	4.5	28.87	170
		<b>39-00</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>51</b>	<b>330</b>
<b>Всего по меню:</b>		<b>153-59</b>	<b>42</b>	<b>54</b>	<b>199</b>	<b>1454</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_