

ООО "СОП"



Начальник оздоровительного лагеря МБОУ
"Гимназия №10 ЗМР РТ"

Орехова Л. П.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10 (пришкольный лагерь) на 18 Июня 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак						
Каша пшеничная молочная гарнирная с маслом сливочным	150/3	12-30	6.3	7.76	27.93	206
Чай с сахаром	200	2-70	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	1-70	2.16	0.73	14.43	75
Десерт фруктовый (мандарины)	090	23-80	0.72	0.18	6.75	34.2
		40-50	9	9	64	372
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	16-40	1.85	5.57	8.03	94
Плов из говядины	220	61-70	15.95	14.96	42.87	381
Чай с сахаром с лимоном	200/7	4-20	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	038	3-04	3	0.3	19.3	92.47
		85-34	21	21	85	626
Полдник						
Напиток сокосодержащий в промышленной упаковке	200/1 шт.	17-35	0.6	0	34	132
Булочка "Творожная"	050	10-40	5.83	4.35	24.32	162
		27-75	6	4	58	294
Всего по меню:		153-59	37	34	208	1293

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____