

ООО "СОП"



Начальник оздоровительного лагеря МБОУ
"Гимназия №10 ЗМР РТ"

Орехова Л. П.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10 (пришкольный лагерь) на 21 Июня 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак						
Сосиски отварные	052/1 шт	23-30	5.72	12.43	0.83	138.45
Каша рисовая молочная гарнирная с маслом сливочным	150/3	13-30	4.36	6.85	26.79	186
Кофейный напиток	200	4-20	0.8	0.4	15.37	62
Батон	030	1-70	2.16	0.73	14.43	75
		42-50	13	20	57	461
Обед						
Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	13-10	2.35	2.86	19.29	105
Тефтели из говядины (1 вариант)	080	40-60	10.57	12.68	10.88	201
Макаронные изделия отварные	150	7-90	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром с лимоном	200/7	4-50	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	031	2-49	2.45	0.25	15.75	75.02
Десерт фруктовый (банан)	220	36-80	3.3	1.1	46.2	211.2
		105-39	24	22	139	838
Полдник						
Чай с сахаром	200	2-70	0.2	0.05	15.01	57
Булочка с кунжутом	050	3-00	3.93	1.58	26.99	141
		5-70	4	2	42	198
Всего по меню:		153-59	41	44	239	1498

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____