

МЕНЮ

**Столовая гимназии №10 (пришкольный лагерь)
на 23 Марта 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак						
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150/5	10-81	4.95	7.18	29.73	202
Кофейный напиток	200	3-29	0.8	0.4	15.37	62
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	015/10/50	18-95	5.68	14.58	22.47	238
		33-05	11	22	68	502
Обед						
Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	8-52	2.35	2.86	19.29	105
Рыба запечённая (филе сайды)	090	43-72	14.3	4.14	2.6	104
Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)	120/30/	12-34	3.47	5.45	18.21	145
Чай с сахаром с лимоном	200/7	3-22	0.26	0.06	15.22	59
Батон	038	1-78	2.74	0.92	18.28	95
Шоколад (молочный "Славянка")	025/1шт.	16-50	2.45	8.67	12.6	138
Десерт фруктовый (мандарины)	100	14-40	0.8	0.2	7.5	38
		100-48	26	22	94	684
Полдник						
Напиток из сока (любимый)	200	4-63	0.25	0	21.32	84
Рогалик с изюмом	075	10-22	4.96	5.11	44.96	246
		14-85	5	5	66	330
Всего по меню:		148-38	43	50	228	1516

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

