



Утверждаю
Начальник оздоровительного лагеря МБОУ
"Гимназия №10 ЗМР РТ"

Орехова Л. П.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10 (пришкольный лагерь) на 25 Марта 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак						
Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное	150/5/0,5шт	16-09	12.28	13.28	32.66	296
Чай с сахаром с лимоном	200/7	3-22	0.26	0.06	15.22	59
Бутерброд с маслом сливочным	015/50	12-06	3.68	12.04	24.95	215
		31-37	16	25	73	570
Обед						
Овощи свежие (огурцы) порционно	010	1-08	0.07	0.01	0.19	1
Суп куллама по-деревенски	250	6-50	2.27	2.29	18.09	97
Колбаса отварная	090	39-49	11.52	19.98	1.35	231
Рис отварной	150	9-29	3.66	6.05	33.98	212
Напиток витаминный	200	8-00	0	0	0	78
Батон	045	2-07	3.24	1.09	21.64	112.5
Булочка Домашняя	050	3-68	3.52	6.45	27.99	185
Шоколад ("Аленка")	025/1шт.	14-60	2.45	8.67	12.6	138
		84-71	27	45	116	1054
Полдник						
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное глаз. с помадкой в упаковке)	050	19-40	1.79	11.15	25.79	208
Нектар в промышленной упаковке	200/шт	12-90	1	0	18.2	76
		32-30	3	11	44	284
Всего по меню:		148-38	46	81	233	1908

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____ *cdy*