




Гарафутдинова И. Ф.

МЕНЮ

Столовая СОШ №11 (пришкольный лагерь) на 26 Марта 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак						
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	11-38	4.36	6.85	31.19	203
Какао с молоком	200	9-36	3.77	3.8	20.08	127
Бутерброд с маслом сливочным и сыром (батон)	015/15/50	22-20	6.86	15.91	22.47	255
		42-94	15	27	74	585
Обед						
Овощи свежие (помидоры) порционно	030	6-24	0.33	0.06	1.14	6
Суп картофельный с зеленью	250/2	11-42	2.36	2.78	16.26	117
Гуляши из говядины	090	42-30	11.91	10.9	3.3	159
Макаронные изделия отварные	150	6-60	5.21	4.79	31.93	187
Компот из ягод с печеньем (компотная смесь, "Машенька")	200/1шт	9-31	1.95	4.05	33.08	175
Хлеб белый	023	1-60	1.82	0.18	11.68	55.97
Хлеб целебный ржаной	020	1-44	1.42	0.24	10.2	44
		78-91	25	23	108	744
Полдник						
Нектар в ассортименте	200	14-00	0.6	0	34	132
Рогалик с маком	070	12-53	6.62	9.58	42.2	281.87
		26-53	7	10	76	414
Всего по меню:		148-38	47	59	258	1743

Зав. производством: 

Калькулятор: 