

Иванов

Гарафудинова И. Ф.



МЕНЮ

Столовая СОШ №11 (пришкольный лагерь)
на 20 Марта 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак						
Каши пшеница вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное	150/5/1шт	21-63	12.28	13.28	32.66	296
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	3-48	0	0	33.93	129
Бутерброд с маслом сливочным	015/50	12-06	3.68	12.04	24.95	215
		37-17	16	25	92	640
Обед						
Десерт фруктовый (банан)	200	25-20	3	1	42	192
Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	10-14	1.84	5.48	10.52	109
Плов из говядины	200	58-27	18.04	16.92	35.72	375
Компот из свежих яблок	200	5-27	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб целебный ржаной	020	1-44	1.42	0.24	10.2	44
Хлеб белый	030	2-06	2.37	0.24	15.24	73
		102-38	27	24	133	868
Полдник						
Чай с сахаром с лимоном	200/7	3-22	0.26	0.06	15.22	59
Рулет с маком	050	5-61	3.69	7.34	25.42	183
		8-83	4	7	41	242
Всего по меню:		148-38	47	57	265	1750

Зав.производством: *СФ*

Калькулятор: *ЗЛ*