

МЕНЮ**Столовая гимназии №10 (пришкольный лагерь)****на 22 Марта 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак						
Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	9-89	6.3	7.01	32.84	216
Чай с сахаром	200	1-86	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	1-40	2.16	0.73	14.44	75
Ватрушка с творогом	075	13-83	8.24	7.11	29.36	216
		26-98	17	15	92	564
Обед						
Овощи свежие (помидоры) порционно	025	5-20	0.27	0.05	0.95	6.25
Суп картофельный с горохом и гренками	250/10	9-49	6.25	4.52	29.67	175
Биточки "Дружба"	090	36-02	13.49	14.77	12.88	241
Рис отварной	150	9-29	3.66	6.05	33.98	212
Напиток апельсиновый	200	3-90	0.18	0.04	16.59	65
Батон	033	1-55	2.38	0.8	15.87	82.5
Шоколад (Милки -Вей)	036/шт.	17-30	3.53	12.48	18.14	198.72
Десерт фруктовый (яблоко)	130	11-83	0.52	0.52	12.74	58.07
		94-58	30	39	141	1039
Полдник						
Нектар в ассортименте	200	14-00	0.6	0	34	132
Сосиска в тесте (переменка)	025/50	12-82	4.6	6.77	13.72	134.5
		26-82	5	7	48	266
Всего по меню:		148-38	52	61	280	1869

Зав.производством:

Калькулятор: