

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**
на 05 Декабря 2020 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Бесплатное горячее питание 1-4 классы**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	160/5	5.28	7.66	31.71	215.47
Сыр порционно	035	8.26	9.31	0	122.5
Кофейный напиток с молоком	200	2.2	2	17.72	91
Батон	033	2.5	0.86	17.2	88
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №1	51-85	24	24	91	679

Меню: Комплекс №1а**дети из многодетных семей**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	180/5	5.94	8.62	35.68	242.4
Яйцо варёное вкрутую	048/1шт	6.1	5.52	0.34	75
Сыр порционно	035	8.26	9.31	0	122.5
Чай с сахаром с лимоном, с пряником ("Подмосковный")	200/7/1шт	2.59	2.68	23.91	177
Батон	020	1.44	0.49	9.59	49.33
Хлеб целебный	024	1.41	0.22	10.66	52.8
Итого по меню Комплекс №1а	58-95	26	27	80	719

Меню: Комплекс №2**Завтрак 5-11 классы**

Цыплята запеч. (четвертинки)	130	32.43	25.45	1.29	393.9
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с пряниками ("Подмосковный")	200/1шт.	2.16	2.36	69.12	305
Батон	025	1.89	0.65	13.03	66.67
Итого по меню Комплекс №2	64-60	42	35	110	955

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Каша молочная "Дружба"	100	3.28	2.04	19.8	111
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	020	1.44	0.49	9.59	49.33
Итого по меню Комплекс №4	7-70	5	3	44	217

Зав.производством:

Калькулятор: