

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 07 Сентября 2021г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Овощи свежие (помидоры) порционно	030	0.33	0.06	1.14	6
Кнели из цыплят	080	11.43	11.36	5.51	183
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром и мармеладом	200/1шт	0.2	0.05	27.4	104
Хлеб белый	039	3.08	0.31	19.81	94.38
Итого по меню Комплекс №1	53-41	20	17	86	574

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

Овощи свежие (помидоры) порционно	030	0.33	0.06	1.14	6
Кнели из цыплят	080	11.43	11.36	5.51	183
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром и мармеладом	200/1шт	0.2	0.05	27.4	104
Хлеб целебный ржаной	035	2.48	0.42	17.85	76.3
Беккен с капустой, яйцом	060	3.97	6.75	15.85	142
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	24	23	100	698

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

Биточки рыбные (из сайды)	100	12.27	6.56	14.85	171
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Напиток мандариновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Батон	037	2.66	0.9	17.8	92.5
Перемяч печёный с мясом	065	6.3	4.59	16.98	134.87
Итого по меню Комплекс №2	67-20	25	19	88	638

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	4	51	257

Зав.производством:

Калькулятор: