

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**
на 09 Сентября 2022г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс**

Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №1	55-55	35	27	65	666

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак 5-11 классы**

Гуляш из филе индейки	50/50	13.52	4.3	3.3	106
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка Домашняя	070	4.93	9.01	39.2	259
Итого по меню Комплекс №2	71-64	26	20	84	698

Меню: Комплекс №4**Учащиеся из многодетных семей**

Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.76	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70.18
Пирожки печеные с картофелем	080	4.65	4.74	37.28	209.07
Итого по меню Комплекс №4	63-74	41	32	106	895

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118.3
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	40	218

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ**Завтрак**

Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	040	3.16	0.32	20.32	96.8
Треугольник с фаршем	075	6.48	8.52	20.32	184.5
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	48	39	137	1127

Зав.производством:

Калькулятор: