



МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 01 Апреля 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным	090	12.22	10.6	11.2	202
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.62	0.25	10.25	50
Итого по меню Комплекс №1	69-43	20	16	72	520

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Плов из филе цыплят с доп. гарниром овощи свежие порционно (огурцы)	270	21.49	20.94	51.06	465
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	041	2.66	0.41	16.81	82
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
Итого по меню Комплекс №2	88-60	29	31	113	831

Меню: Комплекс №4Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Плов из филе цыплят с доп. гарниром овощи свежие порционно (огурцы)	270	21.49	20.94	51.06	465
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	041	2.66	0.41	16.81	82
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	73-15	29	31	113	831

Меню: Комплекс №5Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 180/5	185	0	0	5	19
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	020	1.3	0.2	8.2	40
Итого по меню Комплекс №5	9-60	5	3	34	184

Меню: Комплекс №6Двухразовое питание учащихся 1-4 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным	090	12.22	10.6	11.2	202
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.62	0.25	10.25	50

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Напиток витаминный	200	0	0	19.4	78
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	029	1.88	0.29	11.89	58
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
Итого по меню Комплекс №6	109-66	29	29	157	1003

Меню: Комплекс №7Двухразовое питание учащихся 5-11 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Плов из филе цыплят с доп. гарниром овощи свежие порционно (огурцы)	270	21.49	20.94	51.06	465
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	041	2.66	0.41	16.81	82
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244

Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
Итого по меню Комплекс №7	109-66	33	34	159	1051

Зав. производством:

Калькулятор: