



МЕНЮ

Столовая гимназии №10
на 04 Февраля 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, 80/10	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
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>69-43</u>	<u>20</u>	<u>16</u>	<u>72</u>	<u>520</u>

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

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.41	19.02	169
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>88-60</u>	<u>23</u>	<u>32</u>	<u>80</u>	<u>726</u>

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

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.41	19.02	169
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
Скидка		0	0	0	0
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>73-15</u>	<u>23</u>	<u>32</u>	<u>80</u>	<u>726</u>

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
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>9-60</u>	<u>5</u>	<u>3</u>	<u>34</u>	<u>184</u>

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/10	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
<u>Итого по меню Комплекс №6</u>	<u>109-66</u>	<u>29</u>	<u>29</u>	<u>157</u>	<u>1003</u>

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

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.41	19.02	169
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
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
<u>Итого по меню Комплекс №7</u>	<u>109-66</u>	<u>28</u>	<u>35</u>	<u>127</u>	<u>946</u>

Зав.производством:

Калькулятор: