

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**
на 04 Декабря 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Сосиски отварные (говяжьи "Халяль")	053/шт	5.83	12.67	0.85	141.33
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/3	4.35	5.2	31.17	188
Йогурт в упаковке	120/1шт	4.91	1.79	7.07	69
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	022	1.58	0.54	10.58	55
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>53-41</u>	17	20	65	510

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

Сосиски отварные	053/шт	5.83	12.67	0.85	141.33
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/3	4.36	6.17	31.19	196.67
Йогурт в упаковке	120/1шт	4.91	1.79	7.07	69
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	035	2.48	0.42	17.85	77
Рулет с маком	060	4.43	8.81	30.5	219.6
<u>Итого по меню Комплекс №1а</u>	<u>61-31</u>	22	30	102	761

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

Филе куриное с тушёными овощами (70/15/15)	100	17.07	20.03	2.38	254
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>67-20</u>	26	26	71	602

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Каша рисовая молочная гарнирная	100	2.89	1.82	17.84	100
Чай полусладкий	170	0.17	0.04	8.52	32.3
Батон	015	1.08	0.37	7.21	37.5
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>8-00</u>	4	2	34	170

Зав.производством:

Калькулятор: