

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 01 Марта 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Филе минтая запеченное с овощами	090	44-30	14.8	15.8	7.59	156
Пюре картофельное	170	18-20	3.5	6.18	20.7	165
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	033	1-96	2.37	0.81	15.88	83
Итого по меню Комплекс №1		66-76	21	23	54	444

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

Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным, 75/25	100	49-80	12.6	14.34	11.48	227
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	225	20-50	7.1	6.41	43.01	252
Напиток апельсиновый	200	9-10	0.18	0.04	16.59	68
Батон	030	1-80	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №2		81-20	22	22	86	622

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

Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным, 75/25	100	49-80	12.6	14.34	11.48	227
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	225	20-50	7.1	6.41	43.01	252
Напиток апельсиновый	200	9-10	0.18	0.04	16.59	68
Батон	030	1-80	2.16	0.73	14.43	75
Скидка		-10-86	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4		70-34	22	22	86	622

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

Каша ячневая вязкая	130	5-50	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	024	1-40	1.73	0.59	11.55	60
Итого по меню Комплекс №5		9-20	4	5	39	218

Меню: Комплекс №6 (по желанию)**Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Филе минтая запеченное с овощами	090	44-30	14.8	15.8	7.59	156
Пюре картофельное	170	18-20	3.5	6.18	20.7	165
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Хлеб Сельский	031	2-64	1.7	0.31	13.95	96

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

Сок в ассортименте	200	28-00	1	0	18.2	76
Пирожки печеные с яблоками	075	10-00	3.7	4.5	28.87	170
Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)		105-44	25	27	99	703

Меню: Комплекс №7**Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным, 75/25	100	49-80	12.6	14.34	11.48	227
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	225	20-50	7.1	6.41	43.01	252
Напиток апельсиновый	200	9-10	0.18	0.04	16.59	68
Батон	030	1-80	2.16	0.73	14.43	75

Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОБЗ и МОБ - ОБЕД

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	230	9-50	2.11	2.64	17.63	96
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Хлеб целебный	029	2-44	2.06	0.35	14.79	64
Пирожки печеные с яблоками	075	10-00	3.7	4.5	28.87	170
Итого по меню Комплекс №7		105-44	30	29	157	992

Зав.производством:

Калькулятор: Согласовано по телефону