



Меню

Столовая гимназии №10

на 03 Октября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	021	1.66	0.17	10.67	51
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141
Итого по меню Комплекс №1	64-19	18	24	81	612

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70
Печенье бисквитное (Лотте Чокопай, 1 шт.)	028	1.12	5.04	18.2	123
Итого по меню Комплекс №2	75-80	20	22	97	655

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	180	4.96	5.77	29.15	187
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
Итого по меню Комплекс №4	67-63	18	28	83	657

Меню: Комплекс №5

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Каша пшеничная вязкая	130	3.58	4.16	21.06	135
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Батон	022	1.59	0.54	10.59	55
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	42	228

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	021	1.66	0.17	10.67	51
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48
Перемяч печёный с мясом птицы	075	7.35	7.14	19.75	173
Итого по меню Комплекс №6	101-38	29	37	134	984

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____