

ООО "СОП"



Утверждаю

Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМП РТ"

Будько С.В.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 07 Февраля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Котлеты "Крепыш"	080	13.26	14.83	10.74	232
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	168.53
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	<u>21</u>	<u>21</u>	<u>65</u>	<u>531</u>

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Тефтели из говядины (1 вариант)	100	13.2	15.82	13.58	249
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3	5.42	9.11	26.58	211
Чай с сахаром с лимоном, с пряником ("Подмосковные")	200/7/1шт	3.56	3.06	62.02	287
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	<u>24</u>	<u>28</u>	<u>117</u>	<u>812</u>

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Котлеты "Крепыш"	080	13.26	14.83	10.74	232
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Пирожки печеные с яблоками	080	3.95	4.8	30.79	181.33
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	<u>24</u>	<u>27</u>	<u>93</u>	<u>703</u>

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша молочная "Дружба"	100	3.28	2.04	19.8	111
Чай полусладкий	180	0.18	0.04	9.02	34.2
Батон	015	1.08	0.36	7.21	37.5
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	<u>5</u>	<u>2</u>	<u>36</u>	<u>183</u>

Зав.производством:

Калькулятор:

Кур
СФ