

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**

на 07 Ноября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70
Итого по меню Комплекс №1	55-55	21	19	77	552

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак 5-11 классы**

Сосиски отварные (2 шт)	106	11.66	25.33	1.7	282
Каша гречневая вязкая	185	5.56	6.82	27.3	194.51
Чай полусладкий с печеньем (200/12/1шт) ("К Кофе")	212	0.97	2.08	15.84	92
Хлеб цельнозерновой ржаной	034	2.41	0.41	17.34	74
Итого по меню Комплекс №2	71-64	21	35	62	643

Меню: Комплекс №4**Учащиеся из многодетных семей**

Овощи свежие (огурцы) порционно	035	0.25	0.04	0.68	4
Биточки "Дружба"	080	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Пирожки печёные с повидлом	075	4.2	1.69	42.79	204
Итого по меню Комплекс №4	63-74	25	20	121	763

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ**Завтрак**

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	033	2.37	0.81	15.88	83
Хачапури с сыром школьное	075	7.53	8.35	26.02	213
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	36	32	441	1068

Зав. производством:

Калькулятор: