

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**

на 17 Октября 2023 г.



Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	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	43-90	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	6-40	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	9-10	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб Сельский	021	1-69	1.15	0.21	9.45	65
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3-10	3.93	1.58	26.99	141
Итого по меню Комплекс №1		64-19	17	24	80	626

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	46-70	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	180	9-80	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	029	2-30	1.59	0.29	13.05	90
Печенье бисквитное (Лотте Чокопай, 1 шт.)	028	14-00	1.12	5.04	18.2	123
Итого по меню Комплекс №2		75-80	19	22	95	675

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

Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	100	43-90	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	180	7-20	4.96	5.77	29.15	187
Напиток апельсиновый	200	9-10	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб Сельский	031	2-43	1.7	0.31	13.95	96
Печенье формовое, 2 шт.	030	5-00	2.17	5.4	20.85	141
Итого по меню Комплекс №4		67-63	17	29	82	678

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

Каша пшеничная вязкая	130	5-20	3.58	4.16	21.06	135
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Батон	022	1-30	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	43-90	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	6-40	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	9-10	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб Сельский	021	1-69	1.15	0.21	9.45	65
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3-10	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	12-90	1.85	5.57	8.03	94
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	020	1-49	1.1	0.2	9	62
Перемяч печёный с мясом птицы	075	19-80	7.35	7.14	19.75	173
Итого по меню Комплекс №6		101-38	28	37	132	1012

Зав. производством:

Калькулятор: Согласовано по телефону