

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 12 Марта 2022 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Сосиски отварные	053/шт	5.83	12.67	0.85	141.33
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150/3	4.95	7.18	29.73	202
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Десерт фруктовый (яблоко)	116/шт	0.46	0.46	11.37	54.13
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	14	21	73	532

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

Сосиски отварные	106/2 шт.	11.66	25.33	1.7	281.96
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай полусладкий с лимоном с пряником "Подмосковный"	200/7/1 шт	0.38	0.06	30.23	120
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	20	31	86	693

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

Сосиски отварные	053/шт	5.83	12.67	0.85	141.33
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150/3	4.95	7.18	29.73	202
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Сдоба выборгская (с сахарной пудрой)	040/1	2.68	1.82	22.82	120.8
Десерт фруктовый (яблоко)	116/шт	0.46	0.46	11.37	54.13
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	16	22	80	662

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>	5	2	36	183

Зав.производством:

Калькулятор: