

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**
на 12 Сентября 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/10	090	12.22	10.6	11.2	202
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб (порциями)	021	1.15	0.21	9.45	65
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
Итого по меню Комплекс №1	66-76	21	21	83	635

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

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи свежие(огурцы) порционно, 220/30	250	13.88	14.94	21	275
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	046	2.53	0.46	20.7	143
Пряник (Северные или Зареченские, 1 шт)	039	2.14	1.95	30.42	148
Итого по меню Комплекс №2	81-20	19	17	87	623

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

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи свежие(огурцы) порционно, 220/30	250	13.88	14.94	21	275
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	046	2.53	0.46	20.7	143
Пряник (Северные или Зареченские, 1 шт)	039	2.14	1.95	30.42	148
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	70-34	19	17	87	623

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

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	014	1.01	0.35	6.73	35
Итого по меню Комплекс №5	9-20	4	4	38	200

Меню: Комплекс №6**Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/10	090	12.22	10.6	11.2	202
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб (порциями)	021	1.15	0.21	9.45	65
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/	250	2.23	5.69	19.88	131
Кофейный напиток с молоком	200	2.2	2	17.72	91
Хлеб (порциями)	034	1.87	0.34	15.3	105
Пряник (Северные или Зареченские, 1 шт)	039	2.14	1.95	30.42	148
Итого по меню Комплекс №6	105-44	29	31	167	1110

Меню: Комплекс №7**Двухразовое питание учащихся 5-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи свежие(огурцы) порционно, 220/30	250	13.88	14.94	21	275
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	046	2.53	0.46	20.7	143
Пряник (Северные или Зареченские, 1 шт)	039	2.14	1.95	30.42	148

Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/	250	2.23	5.69	19.88	131
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб (порциями)	037	2.03	0.37	16.65	115
Итого по меню Комплекс №7	105-44	23	23	134	909

Зав. производством:

Калькулятор: