

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 14 Февраля 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционнно, 180/5/15	200	11.02	12.47	38.79	312
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Батон	023	1.65	0.56	11.07	58
Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт	125	0	0	11.25	45
Итого по меню Комплекс №1	66-76	13	13	76	473

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

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Плов из филе цыплят, 50/200	250	16.41	15.69	53.79	401
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб целебный	032	2.27	0.38	16.32	70
Итого по меню Комплекс №2	81-20	20	21	95	617

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

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Плов из филе цыплят, 50/200	250	16.41	15.69	53.79	401
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб целебный	032	2.27	0.38	16.32	70
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	70-34	20	21	95	617

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

Каша пшеничная вязкая	110	3.03	4.06	17.45	120
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	9-20	4	5	37	210

Меню: Комплекс №6 (по желанию)Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционнно, 180/5/15	200	11.02	12.47	38.79	312
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Батон	039	2.81	0.96	18.77	98
Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт	125	0	0	11.25	45

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Ватрушка с повидлом	075	4.5	2.37	45.49	219
Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)	105-44	21	21	173	952

Меню: Комплекс №7Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Плов из филе цыплят, 50/200	250	16.41	15.69	53.79	401
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб целебный	032	2.27	0.38	16.32	70

Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб Сельский	030	1.65	0.3	13.5	93
Ватрушка с повидлом	075	4.5	2.37	45.49	219
Итого по меню Комплекс №7	105-44	29	27	181	1090

Зав.производством:

Калькулятор: