

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**

на 15 Октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным (150/3)	153	5.05	7.32	30.32	206.04
Сыр порционнно	030	6.9	8.7	0	108
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80.3
Десерт фруктовый (яблоко)	110/шт	0.44	0.44	10.78	51.76
Итого по меню Комплекс №1	55-55	15	17	73	503

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

Салат из свежей капусты	060	0.93	3.06	5.62	53
Филе куриное с тушёными овощами	080	21.2	26.93	3.6	339.2
Макаронные изделия отварные	180	6.39	5.86	42.7	252
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	036	2.59	0.88	17.32	89.49
Итого по меню Комплекс №2	71-64	31	37	69	812

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным (180/5)	185	6.14	12.26	36.71	279.56
Сыр порционнно	030	6.9	8.7	0	108
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	039	3.08	0.31	19.81	94.9
Булочка с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141
Десерт фруктовый (яблоко)	110/шт	0.44	0.44	10.78	51.76
Итого по меню Комплекс №4	63-74	21	24	110	737

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Макаронные изделия отварные	100	3.55	3.26	23.72	140
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	39.77
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	4	41	218

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	153	5.05	7.32	30.32	206.04
Сыр порционнно	030	6.9	8.7	0	108
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80.3
Десерт фруктовый (яблоко)	110/шт	0.44	0.44	10.78	51.76

Обед

Нектар в ассортименте	190	0.57	0	32.3	125.4
Пицца школьная	095	9.52	11.85	27.91	256.5
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	25	29	133	885

Зав. производством:

Калькулятор: