

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 16 января 2023 г.

Наименование блюда	Пищевая ценность			
	Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/10/1 шт. (Топленое молоко или К Кофе)	210	0.91	1.88	22.6	109
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	64-19	18	19	72	531

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

Свекла отварная порционно	100	1.08	0.08	7.55	30
Сосиски отварные, 2 шт.	106	11.66	25.33	1.7	282
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб цельнозерновой ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Итого по меню Комплекс №2	75-80	20	32	61	602

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

Свекла отварная порционно	080	0.87	0.07	6.04	24
Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	190	5.7	7.01	28.03	200
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Итого по меню Комплекс №4	67-63	19	18	80	560

Меню: Комплекс №5**Дотация**

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/10/1 шт. (Топленое молоко или К Кофе)	210	0.91	1.88	22.6	109
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80
Пирожки печеные с рисом и мясом	070	9.12	5.88	35.1	232
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	35	29	161	1042

Зав. производством:

Калькулятор: