

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 16 Февраля 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	150/5	4.95	7.18	29.73	202
Яйцо варёное вкрутую	048/шт	6.1	5.52	0.34	75
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Десерт фруктовый (яблоко)	150/шт	0.6	0.6	14.7	70
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	14	14	60	498

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

Биточки рыбные (из сайды)	090	11.04	5.9	13.36	153.9
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Булочка "Творожная" (с сахарной пудрой)	070/1	8.16	6.09	34.05	226.8
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	25	19	104	697

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150/5	4.95	7.18	29.73	202
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Рогалик с творогом	075	7.78	6.71	31.98	221
Десерт фруктовый (яблоко)	150/шт	0.6	0.6	14.7	70.38
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	16	15	126	691

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: