

МЕНЮ

Столовая гимназии №10
на 17 Января 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Рыба /Минтай/ тушённая в томате с овощами	050/50	9.77	4.57	9.14	109
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.2	0.4	18	124
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>69-43</u>	<u>15</u>	<u>10</u>	<u>60</u>	<u>436</u>

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	180	6.26	5.75	38.44	225
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.2	0.4	18	124
Вафли (Молочные, 1 шт)	030	1.08	9.39	17.34	158
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>88-60</u>	<u>19</u>	<u>27</u>	<u>103</u>	<u>764</u>

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	180	6.26	5.75	38.44	225
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.2	0.4	18	124
Вафли (Молочные, 1 шт)	030	1.08	9.39	17.34	158
Скидка		0	0	0	0
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>73-15</u>	<u>19</u>	<u>27</u>	<u>103</u>	<u>764</u>

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

Каша ячневая вязкая	140	2.97	4.43	19.34	128
Чай полусладкий, 180/5	185	0	0	5	19
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	020	1.1	0.2	9	62
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>9-60</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>33</u>	<u>209</u>

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

Рыба /Минтай/ тушённая в томате с овощами	050/50	9.77	4.57	9.14	109
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.2	0.4	18	124

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

Суп картофельный с макаронными изделиями	230	2.42	2.54	15.51	112
Кофейный напиток с молоком	200	2.2	2	17.72	91
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	026	1.43	0.26	11.7	81
Булочка Творожная ИЛИ Печенье сдобное Домашнее 1 шт	050/037	5.83	4.35	24.32	162
<u>Итого по меню Комплекс №6</u>	<u>109-66</u>	<u>27</u>	<u>20</u>	<u>130</u>	<u>882</u>

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	180	6.26	5.75	38.44	225
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.2	0.4	18	124
Вафли (Молочные, 1 шт)	030	1.08	9.39	17.34	158

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

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	035	1.92	0.35	15.75	108
<u>Итого по меню Комплекс №7</u>	<u>109-66</u>	<u>24</u>	<u>30</u>	<u>151</u>	<u>1052</u>

Зав.производством:

Калькулятор: