

МЕНЮ

Столовая гимназии №10
на 17 Октября 2022г.

Будько С.В.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.07	1.17	6.86
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром с лимоном	207	0.27	0.06	15.75	61.06
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70.3
Итого по меню Комплекс №1	55-55	21	19	77	554

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние с соусом (80/10)	090	15.05	17.26	12.26	264.37
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.63	26.56	189.26
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб цельнозерновой ржаной	034	2.41	0.41	17.34	74.8
Десерт фруктовый (яблоко)	110/шт	0.44	0.44	10.78	51.7
Итого по меню Комплекс №2	71-64	24	25	82	637

Меню: Комплекс №3Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №3	87-32	0	0	0	0

Меню: Комплекс №4Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	035	0.25	0.04	0.68	4
Биточки "Дружба"	080	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	72.5
Пирожки печёные с повидлом	075	4.21	1.71	42.8	203.08
Итого по меню Комплекс №4	63-74	25	20	121	762

Меню: Комплекс №5Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	124.8
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.63	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗЗавтрак

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.07	1.17	6.86
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром с лимоном	207	0.27	0.06	15.75	61.06
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70.3

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	035	2.52	0.85	16.83	87.5
Хачапури с сыром	075	9.93	11	33.32	277.5
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	38	35	149	1139

Зав. производством:

Калькулятор: