

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**
на 19 Марта 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Сосиски отварные	053/1шт	5.83	12.67	0.85	141.33
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/3	4.35	5.2	31.17	188
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Кондитерское изделие без крема (корж молочный)	065	4.1	7.26	40.46	242.67
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	17	25	109	729

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

Филе куриное, тушёное с овощами	090	16.94	22.14	3.11	278
Макаронные изделия отварные	180	6.26	5.74	38.32	225
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Батон	034	2.45	0.83	16.35	85
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	26	29	77	663

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

Сосиски отварные	053/1шт	5.83	12.67	0.85	141.33
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	175/3	5.07	6.07	36.36	219.33
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Хачапури с сыром школьное	090	9.04	10.01	31.21	254
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	22	29	105	764

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша рисовая молочная гарнирная	100	2.89	1.82	17.84	100
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>	4	2	34	172

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____