

Согласовано: Директор школы

Утверждаю
Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 21 Января 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/10	090	12.22	10.6	11.2	202
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.37	0.25	11.25	77
Итого по меню Комплекс №1	69-43	20	16	73	547

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	1.7	0.31	13.95	96
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
Итого по меню Комплекс №2	88-60	23	32	84	766

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	1.7	0.31	13.95	96
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	73-15	23	32	84	766

Меню: Комплекс №5

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (дотация питания)

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 180/5	185	0	0	5	19
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	020	1.1	0.2	9	62
Итого по меню Комплекс №5	9-60	5	3	35	206

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание учащихся 1-4 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/10	090	12.22	10.6	11.2	202
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.37	0.25	11.25	77

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

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Напиток витаминный	200	0	0	19.4	78
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	029	1.59	0.29	13.05	90
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
Итого по меню Комплекс №6	109-66	28	29	160	1062

Меню: Комплекс №7

Двухразовое питание учащихся 5-11 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	1.7	0.31	13.95	96
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244

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

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	1.7	0.31	13.95	96
Итого по меню Комплекс №7	109-66	27	36	132	1020

Зав.производством:

Калькулятор: