

МЕНЮ

Столовая гимназии №10
на 22 Октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным (155/3)	158	4.59	5.39	32.83	198.77
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80.3
Манник домашний с повидлом (100/10)	110	6.13	12.3	58.93	370
Итого по меню Комплекс №1	55-55	14	18	143	781

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

Цыплята запеч. (четвертинки)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	190	6.6	6.08	40.45	238
Чай с сахаром и печеньем ("Царское" 200/1шт)	215	1.34	2.61	26.87	132.22
Хлеб целебный ржаной	034	2.4	0.42	17.34	75.77
Итого по меню Комплекс №2	71-64	38	31	86	780

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

Каша рисовая вязкая молочная	155	4.48	2.82	32.19	172.05
Яйцо варёное вкрутую	048/1шт	6.1	5.52	0.34	75
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90.03
Манник домашний с повидлом (100/10)	110	6.13	12.3	58.93	370
Итого по меню Комплекс №4	63-74	20	21	144	839

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Макаронные изделия отварные	100	3.47	3.2	21.29	125.26
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	015	1.07	0.37	7.22	37.5
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	4	39	201

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ**Завтрак**

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным (155/3)	158	4.59	5.39	32.83	198.77
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80.3
Манник домашний с повидлом (100/10)	110	6.13	12.3	58.93	370

Обед

Сыр порционно	010	2.36	2.66	0	35
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	035	2.52	0.86	16.84	87
Сосиска в тесте	053/50	9.58	14.26	28.01	278.25
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	29	36	197	1219

Зав.производством:

Калькулятор: