



МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 23 Января 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Биточки "Дружба"	090	13.49	14.77	12.88	241
Макаронные изделия отварные с зел. горошком консерв., припущенным, 170/20	190	6.51	5.47	37.37	220
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	039	2.81	0.96	18.77	98
Итого по меню Комплекс №1	64-19	23	21	84	616

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Фрикадельки домашние с соусом красным основным, 90/20	110	12.63	15.32	8.8	226
Каша гречневая вязкая	185	5.56	6.82	27.29	194
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	026	2.05	0.21	13.21	63
Булочка "Маковка"	050	3.79	7.16	26.74	188
Итого по меню Комплекс №2	75-80	24	30	92	737

Меню: Комплекс №3

Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №3	92-80	0	0	0	0

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Биточки "Дружба"	090	13.49	14.77	12.88	241
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Булочка "Маковка"	075	5.68	10.74	40.12	281
Итого по меню Комплекс №4	67-63	28	31	120	867

Меню: Комплекс №5

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ

Завтрак

Биточки "Дружба"	090	13.49	14.77	12.88	241
Макаронные изделия отварные с зел. горошком консерв., припущенным, 170/20	190	6.51	5.47	37.37	220
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	039	2.81	0.96	18.77	98

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70
Хачапури с сыром школьное	085	8.56	9.45	29.48	242
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	39	35	165	1127

Зав. производством:

Калькулятор: