ООО "СОП"

Утверждаю
Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"
Будько С.В.

# МЕНЮ

## Столовая гимназии №10

### на 23 Сентября 2023 г.

| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

### Меню: Комплекс №1

**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным, 170/10 | 180 | 7.65 | 11.37 | 34.89 | 270 |
| Напиток витаминный | 200 | 0 | 0 | 0 | 78 |
| Хлеб белый | 035 | 2.76 | 0.28 | 17.78 | 85 |
| Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3 | 113 | 6.7 | 13.54 | 60.55 | 390 |
| **Итого по меню Комплекс №1** | **64-19** | **17** | **25** | **113** | **823** |

### Меню: Комплекс №2

**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Сосиски отварные, 2 шт. | 106 | 11.66 | 25.33 | 1.7 | 282 |
| Каша пшеничная вязкая | 180 | 4.96 | 5.77 | 29.15 | 187 |
| Чай с сахаром, 200/15 | 215 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб белый | 025 | 1.97 | 0.2 | 12.7 | 60 |
| Пряник (Северный, 1 шт.) | 039 | 2.14 | 1.95 | 30.42 | 148 |
| **Итого по меню Комплекс №2** | **75-80** | **21** | **33** | **89** | **734** |

### Меню: Комплекс №4

**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным, 170/10 | 180 | 7.65 | 11.37 | 34.89 | 270 |
| Напиток витаминный | 200 | 0 | 0 | 0 | 78 |
| Хлеб целебный ржаной | 035 | 2.47 | 0.43 | 17.85 | 78 |
| Манник домашний с сахарной пудрой, 120/5 | 125 | 7.12 | 14.39 | 61.38 | 422 |
| **Итого по меню Комплекс №4** | **67-63** | **17** | **26** | **114** | **848** |

### Меню: Комплекс №5

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

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Макаронные изделия отварные | 100 | 3.48 | 3.19 | 21.29 | 125 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 0.2 | 0.05 | 10.02 | 38 |
| Батон | 018 | 1.29 | 0.44 | 8.66 | 45 |
| **Итого по меню Комплекс №5** | **8-80** | **5** | **4** | **40** | **208** |

### Меню: Комплекс №6

**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным, 170/10 | 180 | 7.65 | 11.37 | 34.89 | 270 |
| Напиток витаминный | 200 | 0 | 0 | 0 | 78 |
| Хлеб белый | 033 | 2.61 | 0.26 | 16.76 | 80 |
| Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3 | 113 | 6.7 | 13.54 | 60.55 | 390 |

**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак2**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Нектар в ассортименте | 200 | 0.6 | 0 | 34 | 132 |
| Булочка "Творожная" | 075 | 8.76 | 6.53 | 36.48 | 242 |
| **Итого по меню Комплекс №6** | **101-38** | **26** | **32** | **183** | **1192** |

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____