

ООО "СОП"



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

МЕНЮ **Столовая гимназии №10** **на 29 Декабря 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	19.4	78
Хлеб Сельский	023	1.26	0.23	10.35	71.16
Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт	125	0	0	11.25	45
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>64-19</u>	<u>9</u>	<u>12</u>	<u>76</u>	<u>464</u>

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Сосиски отварные с соусом красным основным 106/2 шт/20	126	11.83	25.7	3.02	291
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 Сельский	034	1.87	0.34	15.3	105.19
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>75-80</u>	<u>21</u>	<u>37</u>	<u>83</u>	<u>781</u>

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным, 190/10	200	8.55	11.86	38.98	296
Напиток витаминный	200	0	0	19.4	78
Хлеб Сельский	043	2.36	0.43	19.35	133.16
Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт	125	0	0	11.25	45
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>67-63</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>89</u>	<u>552</u>

Меню: Комплекс №5

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

Каша ячневая вязкая	140	2.97	4.43	19.34	128
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	020	1.43	0.49	9.62	50
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-80</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>39</u>	<u>218</u>

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	19.4	78
Батон	022	1.59	0.54	10.59	55
Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт	125	0	0	11.25	45

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
<u>Итого по меню Комплекс №6</u>	<u>101-38</u>	<u>19</u>	<u>18</u>	<u>147</u>	<u>822</u>

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____