

Согласовано: Директор школы



Утверждаю

Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 30 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, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	033	2.14	0.33	13.53	66
Печенье сахарное (Кремарио, 1 шт)	012	0.78	2.28	8.28	56
Итого по меню Комплекс №1	69-43	20	19	66	525

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 220/10	230	13.76	14.92	20.64	273
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.62	0.25	10.25	50
Пирожки печёные с курагой ИЛИ Пряники (Северные или Зареченские) 2 шт	080/078	5.13	1.8	41.84	206
Итого по меню Комплекс №2	88-60	21	17	88	587

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 220/10	230	13.76	14.92	20.64	273
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.62	0.25	10.25	50
Пирожки печёные с курагой ИЛИ Пряники (Северные или Зареченские) 2 шт	080/078	5.13	1.8	41.84	206
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	73-15	21	17	88	587

Меню: Комплекс №5

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

Каша пшеничная вязкая	115	3.17	4.24	18.24	124
Чай полусладкий, 180/5	185	0	0	5	19
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	020	1.3	0.2	8.2	40
Итого по меню Комплекс №5	9-60	4	4	31	183

Меню: Комплекс №6

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	033	2.14	0.33	13.53	66
Печенье сахарное (Кремарио, 1 шт)	012	0.78	2.28	8.28	56

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

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/	250	2.23	5.69	19.88	131
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144
Итого по меню Комплекс №6	109-66	26	27	143	919

Меню: Комплекс №7

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

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 220/10	230	13.76	14.92	20.64	273
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.62	0.25	10.25	50
Пирожки печёные с курагой ИЛИ Пряники (Северные или Зареченские) 2 шт	080/078	5.13	1.8	41.84	206

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

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/	200	1.79	4.56	15.89	107
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	027	1.75	0.27	11.07	54
Итого по меню Комплекс №7	109-66	24	22	130	805

Зав. производством:

Калькулятор: