

Согласовано: Директор школы

Утверждаю
Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.



МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 31 Января 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Рыба /Минтай/ тушённая в томате с овощами	050/50	10.45	4.79	7.99	118
Пюре картофельное	150	3.06	5.28	20.02	143
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.6	0.4	16.4	80
Итого по меню Комплекс №1	69-43	16	11	59	398

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	180	6.26	5.75	38.44	225
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.6	0.4	16.4	80
Печенье сдобное (Домашнее, 1 шт)	037	2.92	7.4	23.12	171
Итого по меню Комплекс №2	88-60	22	25	107	733

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	180	6.26	5.75	38.44	225
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.6	0.4	16.4	80
Печенье сдобное (Домашнее, 1 шт)	037	2.92	7.4	23.12	171
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	73-15	22	25	107	733

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, 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	5	33	187

Меню: Комплекс №6

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

Рыба /Минтай/ тушённая в томате с овощами	050/50	10.45	4.79	7.99	118
Пюре картофельное	150	3.06	5.28	20.02	143
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.6	0.4	16.4	80

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

Суп картофельный с макаронными изделиями	230	2.42	2.54	15.51	112
Кофейный напиток с молоком	200	2.2	2	17.72	91
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	026	1.69	0.26	10.66	52
Булочка Творожная ИЛИ Печенье сдобное Домашнее 1 шт	050/037	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №6	109-66	28	20	128	815

Меню: Комплекс №7

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	180	6.26	5.75	38.44	225
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.6	0.4	16.4	80
Печенье сдобное (Домашнее, 1 шт)	037	2.92	7.4	23.12	171

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

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	035	2.27	0.35	14.35	70
Итого по меню Комплекс №7	109-66	27	28	154	983

Зав. производством:

Калькулятор: