

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**

на 03 Марта 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Бесплатное горячее питание 1-4 классы**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200/10	6.62	12.34	39.68	296
Сыр порционно	020	4.72	5.32	0	69.33
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Десерт фруктовый (яблоко)	125	0.5	0.5	12.25	56.25
Итого по меню Комплекс №1	53-41	19	23	94	655

Меню: Комплекс №1а**дети из многодетных семей**

Сосиски отварные (переменка)	050/шт	5.5	11.95	0.8	133
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200/10	6.62	12.34	39.68	296
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка с маком	055	4.32	1.74	29.7	155.1
Десерт фруктовый (яблоко)	125	0.5	0.5	12.25	56.25
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	23	31	118	833

Меню: Комплекс №2**Завтрак 5-11 классы**

Биточки "Дружба"	100	14.99	16.42	14.31	267
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Напиток из сока (любимый)	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб целебный ржаной	033	2.34	0.4	16.83	72.6
Булочка с маком	055	4.32	1.74	29.7	155.1
Итого по меню Комплекс №2	67-20	26	25	104	754

Меню: Комплекс №3**Обед**

Суп крестьянский (крупа пшенная) со сметаной	250	1.92	5.1	11.99	96
Биточки "Дружба"	100	14.99	16.42	14.31	267
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром с лимоном, вафлями ("милки-лакомки")	200/7/1шт	1.63	1.31	34.72	154
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Итого по меню Комплекс №3	67-20	27	29	115	808

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Каша молочная "Дружба"	100	3.28	2.04	19.8	111
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	024	1.72	0.58	11.55	60.52
Итого по меню Комплекс №4	8-00	5	3	46	229

Меню: Комплекс №7**Меню свободного выбора для учащихся старших классов**

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №7	81-85	0	0	0	0

Зав. производством:

Калькулятор: