



МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 07 Апрель 2021г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	180/10	5.96	11.11	35.71	266.4
Сыр порционно	020	4.72	5.32	0	69.33
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Десерт фруктовый (яблоко)	140	0.56	0.56	13.72	63
Итого по меню Комплекс №1	53-41	17	21	85	599

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Сосиски отварные (нежные)	050/шт	5.5	11.95	0.8	133
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	180/10	5.96	11.11	35.71	266.4
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб белый	027	2.13	0.22	13.72	65.7
Булочка с маком	050	3.93	1.58	27	141
Десерт фруктовый (яблоко)	140	0.56	0.56	13.72	63
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	22	29	111	796

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Биточки рыбные (из сайды)	100	12.27	6.56	14.85	171
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Напиток из сока (любимый)	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб целебный ржаной	027	1.92	0.32	13.77	59.4
Перемяч печёный с мясом	065	6.3	4.59	16.98	134.87
Итого по меню Комплекс №2	67-20	24	18	89	624

Меню: Комплекс №3

Обед

Суп крестьянский (крупа пшенная) со сметаной	250/1	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 и печеньем ("Машенька")	200/7/1шт	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60.83
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Итого по меню Комплекс №3	67-20	27	28	103	752

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	022	1.58	0.54	10.59	55.48
Итого по меню Комплекс №4	8-00	5	3	45	223

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: