

ООО "Школьное питание"



Генеральный директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"

Будько С.В.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 10 Февраля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Гуляш из говядины	090	11.91	10.9	3.3	159
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
Батон	033	2.5	0.86	17.2	88
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>53-41</u>	<u>20</u>	<u>17</u>	<u>86</u>	<u>563</u>

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Овощи соленные (огурцы) порционно	020	0.16	0.02	0.32	2
Гуляш из говядины	090	11.91	10.9	3.3	159
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
Батон	030	2.27	0.78	15.64	80
Пирожки печеные с рисом и яйцом	075	3.9	1.67	25.61	135
<u>Итого по меню Комплекс №1а</u>	<u>61-31</u>	<u>23</u>	<u>18</u>	<u>111</u>	<u>692</u>

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Колбаса отварная	100	12.8	22.2	1.5	257
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный	028	1.64	0.26	12.43	61.6
Гребешки с повидлом	075	4.56	3.15	40.59	210
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>67-20</u>	<u>24</u>	<u>33</u>	<u>110</u>	<u>842</u>

Меню: Комплекс №3

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Кнели из цыплят	100	14.28	14.18	6.88	230
Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)	130/50	5.66	8.54	26.83	220
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Булочка школьная	050	4.52	1.78	26.38	142
<u>Итого по меню Комплекс №3</u>	<u>67-20</u>	<u>27</u>	<u>27</u>	<u>98</u>	<u>797</u>

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша рисовая вязкая молочная	100	2.89	1.82	20.77	111
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	015	1.13	0.39	7.82	40
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>8-00</u>	<u>4</u>	<u>2</u>	<u>44</u>	<u>208</u>

Зав. производством:

Калькулятор:

Мур