

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 10 Сентября 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Филе куриное с тушёными овощами	055/10/10	13.25	18.52	3.1	231
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>53-41</u>	20	25	55	521

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

Филе куриное с тушёными овощами	055/10/10	13.25	18.52	3.1	231
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.08	178.5
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	031	2.2	0.37	15.81	67.58
Пирожки печеные с яблоками	075	3.7	4.5	28.87	170
<u>Итого по меню Комплекс №1а</u>	<u>61-31</u>	24	30	88	704

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

Биточки "Бытыр"	100	15.64	14.93	10.93	240
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Батон	037	2.66	0.9	17.8	92.5
Булочка с маком	050	3.93	1.58	27	141
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>67-20</u>	28	24	101	737

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Каша гречневая вязкая	100	3.01	3.69	14.76	105
Чай с сахаром	180	0.18	0.04	13.51	51.3
Батон	015	1.08	0.36	7.21	37.5
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>8-00</u>	4	4	35	194

Зав.производством:

Калькулятор: