



МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 11 Мая 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Биточки "Дружба"	090	13.49	14.77	12.88	241
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром, курагой и печеньем ("Машенька")	200/10/шт	2.12	3.26	33.43	168
Хлеб целебный ржаной	028	1.98	0.34	14.28	61.6
Итого по меню Комплекс №1	53-41	23	23	93	658

Меню: Комплекс №1адети из многодетных семей

Биточки "Дружба"	090	13.49	14.77	12.88	241
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187.5
Чай с сахаром, курагой и печеньем ("к кофе")	200/10/шт	1.77	2.46	30.1	146
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70.4
Десерт фруктовый (яблоко)	105	0.42	0.42	10.29	46.9
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	23	23	102	692

Меню: Комплекс №2Завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние	100	13.88	16.63	8.47	242
Рис отварной	180	4.75	7.86	44.17	277
Компот из смеси сухофруктов (изюма и чернослива)	200	0.47	0	28.79	113
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Батон	023	1.66	0.56	11.06	57.5
Рулет с маком	050	3.69	7.34	25.42	183
Итого по меню Комплекс №2	67-20	26	33	128	916

Меню: Комплекс №3Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Котлеты "Геркулес" с соусом красным основным	100	11.71	10.27	10.75	184
Каша вязкая пшеничная	180	5.1	5.77	30	191.08
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	031	2.2	0.37	15.81	68.2
Булочка школьная	050	4.52	1.78	26.38	142
Итого по меню Комплекс №3	67-20	29	23	120	786

Меню: Комплекс №4Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая молочная	110	4.6	2.11	24.05	132
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
Итого по меню Комплекс №4	8-00	7	3	51	251

Меню: Комплекс №7Меню 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: _____