

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**
на 16 Января 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	200/5	6.6	9.57	39.64	269.33
Сыр порционно	030	7.08	7.98	0	105
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Хлеб целебный	020	1.17	0.19	8.88	44
Десерт фруктовый (яблоко)	100	0.4	0.4	9.8	44.67
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>53-41</u>	18	19	89	598

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	180/5	5.94	8.62	35.68	242.4
Сыр порционно	035	8.26	9.31	0	122.5
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный	026	1.53	0.24	11.54	57.2
Рогалик с черносливом	075	4.86	5.11	42.24	236
Десерт фруктовый (мандарины)	080	0.64	0.16	6	30.4
<u>Итого по меню Комплекс №1а</u>	<u>61-31</u>	22	24	111	750

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

Цыплята запеч. (четвертинки)	130	32.43	25.45	1.29	393.9
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном, вафлями ("милки-лакомки")	200/7/2шт	1.1	1.05	38.41	165
Батон	020	1.52	0.52	10.46	53
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>67-20</u>	40	34	77	801

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	1.73	0.58	11.51	59.2
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>8-00</u>	5	3	46	227

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____