

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 20 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Колбаса отварная (таврия)	090	11.52	19.98	1.35	231
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	168.53
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Батон	022	1.58	0.54	10.58	55
Хлеб целебный	020	1.17	0.19	8.88	44
Итого по меню Комплекс №1	53-41	20	27	60	561

Меню: Комплекс №1адети из многодетных семей

Колбаса отварная	090	11.52	19.98	1.35	231
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	168.53
Кофейный напиток с вафлями ("ванильными")	200/2шт	1.78	6.34	27.59	168
Батон	024	1.73	0.58	11.54	60
Хлеб целебный	020	1.17	0.19	8.88	44
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	21	33	73	672

Меню: Комплекс №2Завтрак 5-11 классы

Гуляш из говядины	50/50	14.75	13.14	3.3	191
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
Сдоба выборгская	050	3.35	2.28	28.53	151
Итого по меню Комплекс №2	67-20	27	22	101	704

Меню: Комплекс №3Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Сосиски отварные (переменка)	100/2 шт.	11	23.9	1.6	266
Рис отварной	175	4.62	7.64	42.94	269.31
Напиток из сока с печеньем	200/1шт	1.21	2.53	28.59	152
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №3	67-20	21	40	96	856

Меню: Комплекс №4Дотационное питание

Каша гречневая вязкая	100	3.01	3.69	14.76	105
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	4	40	217

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: