

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 22 Мая 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	170/5	4.94	7.76	35.35	230.07
Сыр порционно	030	7.08	7.98	0	105
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90.03
Десерт фруктовый (яблоко)	140/шт	0.56	0.56	13.72	63
Итого по меню Комплекс №1	53-41	16	17	83	550

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	170/5	4.94	7.76	35.35	230.07
Сыр порционно	030	7.08	7.98	0	105
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75.43
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Десерт фруктовый (яблоко)	140/шт	0.56	0.56	13.72	63
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	22	21	105	697

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Сосиски отварные (переменка)	100/2 шт.	11	23.9	1.6	266
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном, вафлями ("Милки-Лакомки")	200/7/2шт	1.63	1.31	34.72	154
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.67
Итого по меню Комплекс №2	67-20	21	32	83	702

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша рисовая вязкая молочная	100	2.89	1.82	20.77	111
Чай с сахаром	190	0.19	0.05	14.26	54.15
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №4	8-00	4	2	43	205

Зав.производством:

Калькулятор: