

**МЕНЮ****Столовая гимназии №10**  
**на 28 Мая 2021 г.**

| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность |      |          |      |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
|                    |       | Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |

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

|                                         |                     |           |           |           |            |
|-----------------------------------------|---------------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Котлеты "Крепыш"                        | 090                 | 14.91     | 16.16     | 12.47     | 254        |
| Макаронные изделия отварные             | 150                 | 5.21      | 4.79      | 31.93     | 187        |
| Компот из ягод (компотная смесь)        | 200                 | 0.2       | 0.08      | 16.43     | 66         |
| Батон                                   | 030                 | 2.16      | 0.73      | 14.43     | 75         |
| <b><u>Итого по меню Комплекс №1</u></b> | <b><u>53-41</u></b> | <b>22</b> | <b>22</b> | <b>75</b> | <b>582</b> |

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

|                                           |                     |           |           |            |            |
|-------------------------------------------|---------------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Горошек зелёный консервированный отварной | 010                 | 0.31      | 0.02      | 0.65       | 4          |
| Котлеты "Крепыш"                          | 090                 | 14.91     | 16.16     | 12.47      | 254        |
| Макаронные изделия отварные               | 150                 | 5.21      | 4.79      | 31.93      | 187        |
| Компот из ягод (компотная смесь)          | 200                 | 0.2       | 0.08      | 16.43      | 66         |
| Хлеб целебный ржаной                      | 031                 | 2.2       | 0.37      | 15.81      | 68.2       |
| Булочка дорожная                          | 050                 | 4.16      | 7.25      | 31.95      | 211        |
| <b><u>Итого по меню Комплекс №1а</u></b>  | <b><u>61-31</u></b> | <b>27</b> | <b>29</b> | <b>109</b> | <b>790</b> |

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

|                                         |                     |           |           |           |            |
|-----------------------------------------|---------------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Цыплята запеч. (четвертинки)            | 130                 | 32.45     | 25.46     | 1.29      | 394        |
| Макаронные изделия отварные             | 180                 | 6.25      | 5.75      | 38.32     | 225        |
| Компот из свежих яблок                  | 200                 | 0.16      | 0.16      | 18.89     | 75         |
| Батон                                   | 031                 | 2.23      | 0.75      | 14.91     | 77.5       |
| <b><u>Итого по меню Комплекс №2</u></b> | <b><u>67-20</u></b> | <b>41</b> | <b>32</b> | <b>73</b> | <b>771</b> |

**Меню: Комплекс №4****Дотационное питание**

|                                         |                    |          |          |           |            |
|-----------------------------------------|--------------------|----------|----------|-----------|------------|
| Макаронные изделия отварные             | 115                | 3.99     | 3.67     | 24.48     | 143.37     |
| Чай с сахаром                           | 200                | 0.2      | 0.05     | 15.01     | 57         |
| Батон                                   | 022                | 1.58     | 0.54     | 10.58     | 55         |
| <b><u>Итого по меню Комплекс №4</u></b> | <b><u>8-00</u></b> | <b>6</b> | <b>4</b> | <b>50</b> | <b>255</b> |

Зав.производством:

Калькулятор: