

МЕНЮ

Столовая гимназии №3

на 06 Мая 2024 г.



Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Меню: Комплекс №1						
<i>Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов</i>						
Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	48-60	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый конс. припущенный, 150/15	165	12-30	5.66	4.82	32.8	192
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	033	2-86	1.81	0.33	14.85	102
Итого по меню Комплекс №1		66-76	17	16	73	531

Меню: Комплекс №2						
<i>Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов</i>						
Гуляш из филе птицы	110	54-40	14.13	17.87	4.13	233
Каши гречневая вязкая с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 180/10	190	13-50	5.49	6.65	26.72	190
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб цельный	030	2-60	2.13	0.36	15.3	66
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт)	020	5-80	1.42	4.52	8.62	99
Итого по меню Комплекс №2		81-20	23	29	70	646

Меню: Комплекс №4						
<i>Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей</i>						
Гуляш из филе птицы	110	54-40	14.13	17.87	4.13	233
Каши гречневая вязкая с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 180/10	190	13-50	5.49	6.65	26.72	190
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб цельный	030	2-60	2.13	0.36	15.3	66
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт)	020	5-80	1.42	4.52	8.62	99
Скидка		-10-86	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4		70-34	23	29	70	646

Меню: Комплекс №5						
<i>Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)</i>						
Каши овсяная вязкая	110	5-60	2.9	4.81	13.04	108
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	022	1-30	1.59	0.54	10.59	55
Итого по меню Комплекс №5		9-20	4	5	34	203

Меню: Комплекс №6 (по желанию)						
<i>Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК</i>						
Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	48-60	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый конс. припущенный, 150/15	165	12-30	5.66	4.82	32.8	192
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Батон	026	1-54	1.87	0.64	12.51	65
<i>Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2</i>						
Сок в ассортименте	200	28-00	1	0	18.2	76
Пирожки печёные с курагой	075	12-00	4.82	1.69	39.22	193
Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)		105-44	23	18	128	763

Меню: Комплекс №7						
<i>Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК</i>						
Гуляш из филе птицы	110	54-40	14.13	17.87	4.13	233
Каши гречневая вязкая с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 180/10	190	13-50	5.49	6.65	26.72	190
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб цельный	035	3-20	2.47	0.43	17.85	78
Пирожки печёные с курагой	075	12-00	4.82	1.69	39.22	193
<i>Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД</i>						
Суп картофельный с горохом	250	11-30	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	035	3-14	1.92	0.35	15.75	108
Итого по меню Комплекс №7		105-44	35	32	156	1059

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону