



МЕНЮ
Столовая гимназии №3
на 20 Мая 2024 г.

| Наименование блюда | Выход | Стоимость питания | Пищевая ценность | | | |
|---|-------|-------------------|------------------|-----------|-----------|------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |
| Меню: Комплекс №1 | | | | | | |
| Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов | | | | | | |
| Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 48-60 | 9.72 | 10.86 | 10.29 | 190 |
| 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**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

| | | | | | | |
|--|-----|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Гуляши из филе птицы | 110 | 54-40 | 14.13 | 17.87 | 4.13 | 233 |
| Каша 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 (порциями) Целебный | 030 | 2-60 | 2.13 | 0.36 | 15.3 | 66 |
| Вафли неглазированные (Белек, 1шт.) | 020 | 5-80 | 1.42 | 4.52 | 8.62 | 99 |
| Итого по меню Комплекс №2 | | 81-20 | 23 | 29 | 70 | 646 |

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

| | | | | | | |
|--|-----|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Гуляши из филе птицы | 110 | 54-40 | 14.13 | 17.87 | 4.13 | 233 |
| Каша 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 (порциями) Целебный | 030 | 2-60 | 2.13 | 0.36 | 15.3 | 66 |
| Вафли неглазированные (Белек, 1шт.) | 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**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

| | | | | | | |
|----------------------------------|-----|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша 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)**Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

| | | | | | | |
|---|-----|-------|------|-------|-------|-----|
| 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 |

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

| | | | | | | |
|---|-----|---------------|-----------|-----------|------------|------------|
| 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**Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

| | | | | | | |
|--|-----|-------|-------|-------|-------|-----|
| Гуляши из филе птицы | 110 | 54-40 | 14.13 | 17.87 | 4.13 | 233 |
| Каша 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 (порциями) Целебный | 035 | 3-20 | 2.47 | 0.43 | 17.85 | 78 |
| Пирожки печёные с курагой | 075 | 12-00 | 4.82 | 1.69 | 39.22 | 193 |

Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

| | | | | | | |
|----------------------------------|-----|---------------|-----------|-----------|------------|-------------|
| 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 (порциями) 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