

МЕНЮ

Столовая гимназии №3

на 23 Мая 2024 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб Сельский	032	1.76	0.32	14.4	99
Итого по меню Комплекс №1	66-76	19	22	55	526

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Котлеты "Любительские" с соусом сметанным, 80/20	100	12.48	11.44	12.05	213
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб целебный	033	2.34	0.4	16.83	72
Булочка ванильная	050	3.75	4.06	26.72	159
Итого по меню Комплекс №2	81-20	23	23	96	696

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Котлеты "Любительские" с соусом сметанным, 80/20	100	12.48	11.44	12.05	213
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб целебный	033	2.34	0.4	16.83	72
Булочка ванильная	050	3.75	4.06	26.72	159
Скидка	0	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	70-34	23	23	96	696

Меню: Комплекс №5

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5	9-20	5	4	40	210

Меню: Комплекс №6 (по желанию)

Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб Сельский	029	1.59	0.29	13.05	90

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

Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Сосиска в тесте	053/50	8.73	15.83	20.69	259
Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)	105-44	28	38	90	833

Меню: Комплекс №7

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

Котлеты "Любительские" с соусом сметанным, 80/20	100	12.48	11.44	12.05	213
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	033	1.81	0.33	14.85	102
Булочка ванильная	050	3.75	4.06	26.72	159

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

Рассольник ленинградский со сметаной /крупя перловая/, с зеленью, 250/3	253	2.29	5.7	20	132
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный	034	2.41	0.41	17.34	74
Итого по меню Комплекс №7	105-44	27	29	147	989

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____