



# МЕНЮ

## Столовая гимназии №5

### на 15 Ноября 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 (Халяль)	100	12.84	16.24	3.76	211
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	025	1.37	0.25	11.25	77
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>66-76</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>66</b>	<b>560</b>

#### Меню: Комплекс №2

##### Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>81-20</b>	<b>21</b>	<b>26</b>	<b>74</b>	<b>646</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Скидка	0	0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>70-34</b>	<b>21</b>	<b>26</b>	<b>74</b>	<b>646</b>

#### Меню: Комплекс №5

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

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>9-20</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>38</b>	<b>208</b>

#### Меню: Комплекс №6

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

Гуляш из филе птицы (Халяль)	100	12.84	16.24	3.76	211
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	025	1.37	0.25	11.25	77

##### Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб (порциями)	038	2.09	0.38	17.1	118
Рулет с маком	100	7.38	14.68	50.84	366
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>105-44</b>	<b>32</b>	<b>43</b>	<b>164</b>	<b>1230</b>

#### Меню: Комплекс №7

##### Двухразовое питание учащихся 5-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87

##### Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>	<b>105-44</b>	<b>25</b>	<b>32</b>	<b>118</b>	<b>934</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_