



Утверждаю
Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"
Будько С.В.

Столовая гимназии №10 на 18 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Бутерброд с сыром, 30/30	060	29-49	9.45	8.22	15.24	178
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	16-70	5.43	3.37	32.69	183
Напиток лимонный	200	5-20	0.13	0.01	15.39	62
Десерт фруктовый (яблоко)	110	12-80	0.44	0.44	10.78	52
Итого по меню Комплекс №1		64-19	15	12	74	475

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Филе куриное с тушёными овощами, 60/15/15	090	55-90	15.06	21.28	4.47	267
Макаронные изделия отварные	200	11-20	6.94	6.39	42.58	250
Чай с сахаром и формовым печеньем (200/12/шт) (К кофе)	212	5-40	1.7	2.01	29.89	140
Батон	054	3-30	3.89	1.32	25.98	135
Итого по меню Комплекс №2		75-80	28	31	103	792

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	16-70	5.43	3.37	32.69	183
Напиток лимонный	200	5-20	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	041	3-53	3.24	0.33	20.83	99
Пицца детская с сосисками	100	29-40	10.07	11.89	27.71	260
Десерт фруктовый (яблоко)	110	12-80	0.44	0.44	10.78	52
Итого по меню Комплекс №4		67-63	19	16	107	656

Меню: Комплекс №5

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

Макаронные изделия отварные	100	5-60	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	2-20	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1-00	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ

Завтрак

Бутерброд с сыром, 30/30	060	29-49	9.45	8.22	15.24	178
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	16-70	5.43	3.37	32.69	183
Чай с сахаром	200	2-90	0.2	0.05	15.01	57
Десерт фруктовый (яблоко)	110	12-80	0.44	0.44	10.78	52

Завтрак2

Нектар в ассортименте	200	16-00	0.6	0	34	132
Пицца детская с сосисками	080	23-49	8.04	9.51	22.17	209
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ		101-38	24	22	130	811

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону