ООО "СОП"

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

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 23 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Меню: Комплекс №1					
Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов					
Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.09	179
Чай с сахаром и пряником 200/40/1 шт. (Зареченские)	240	2.4	2.05	46.21	209
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Итого по меню Комплекс №1	64-19	23	19	102	683
Меню: Комплекс №2					
Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов					
Салат из квашеной капусты	100	1.6	5.07	7.68	83
Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Итого по меню Комплекс №2	75-80	20	23	75	688
Меню: Комплекс №4					
Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей					
Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	043	3.1	1.05	20.69	108
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №4	67-63	26	22	95	701
Меню: Комплекс №5					
Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (дотац. питание)					
Каша пшенная вязкая	120	3.3	4.43	19.04	131
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	39	219
Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ					
Завтрак					
Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.09	179
Чай с сахаром и пряником 200/40/1 шт. (Зареченские)	240	2.4	2.05	46.21	209
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Обед					
Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Булочка "Творожная"	055	6.4	4.79	26.74	178
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	34	30	181	1131

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____