

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 10 Марта 2025 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, яйцо вареное, 180/5/48/1 шт	233	11.94	12.82	36.03	305
Напиток витаминный	200	0	0	19.4	78
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	036	2.34	0.36	14.76	72
Пряник 1 шт (Северные или Зареченские)	039	2.14	1.95	30.42	148
Итого по меню Комплекс №1	69-43	16	15	101	603

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Котлеты "Любительские" с соусом сметанным	110	12.65	11.91	12.77	221
Макаронные изделия отварные	200	6.94	6.39	42.59	249
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	033	2.14	0.33	13.53	66
Вафли 1 шт (Молочные)	030	1.08	9.39	17.34	158
Итого по меню Комплекс №2	88-60	23	28	101	753

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

Котлеты "Любительские" с соусом сметанным	110	12.65	11.91	12.77	221
Макаронные изделия отварные	200	6.94	6.39	42.59	249
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	033	2.14	0.33	13.53	66
Вафли 1 шт (Молочные)	030	1.08	9.39	17.34	158
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	73-15	23	28	101	753

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша овсяная вязкая	115	3.03	5.02	13.64	113
Чай полусладкий, 180/5	185	0	0	5	19
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	020	1.3	0.2	8.2	40
Итого по меню Комплекс №5	9-60	4	5	27	172

Меню: Комплекс №6**Двухразовое питание учащихся 1-4 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, яйцо вареное, 180/5/48/1 шт	233	11.94	12.82	36.03	305
Напиток витаминный	200	0	0	19.4	78
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	036	2.34	0.36	14.76	72
Пряник 1 шт (Северные или Зареченские)	039	2.14	1.95	30.42	148

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

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	034	2.21	0.34	13.94	68
Печенье бисквитное 1 шт (Лотте Чокопай)	028	1.12	5.04	18.2	123
Итого по меню Комплекс №6	109-66	25	25	170	995

Меню: Комплекс №7**Двухразовое питание учащихся 5-11 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Котлеты "Любительские" с соусом сметанным	110	12.65	11.91	12.77	221
Макаронные изделия отварные	200	6.94	6.39	42.59	249
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	033	2.14	0.33	13.53	66
Вафли 1 шт (Молочные)	030	1.08	9.39	17.34	158

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

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.62	0.25	10.25	50
Итого по меню Комплекс №7	109-66	30	33	149	1004

Зав. производством:

Калькулятор: