

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 14 Марта 2025 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Гуляш из филе птицы	090	10.39	13.76	3.67	179
Пюре картофельное	150	3.06	5.28	20.02	143
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.6	0.4	16.4	80
Итого по меню Комплекс №1	69-43	16	19	55	461

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром смесь овощная, 180/50	230	6.16	6.82	29.14	203
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	030	1.95	0.3	12.3	60
Итого по меню Комплекс №2	88-60	18	18	68	509

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром смесь овощная, 180/50	230	6.16	6.82	29.14	203
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	030	1.95	0.3	12.3	60
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	73-15	18	18	68	509

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

Каша ячневая вязкая	140	2.97	4.43	19.34	128
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	33	187

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

Гуляш из филе птицы	090	10.39	13.76	3.67	179
Пюре картофельное	150	3.06	5.28	20.02	143
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	040	2.6	0.4	16.4	80

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

Суп картофельный с макаронными изделиями	230	2.42	2.54	15.51	112
Кофейный напиток с молоком	200	2.2	2	17.72	91
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	026	1.69	0.26	10.66	52
Булочка Творожная ИЛИ Печенье сдобное Домашнее 1 шт	050/037	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №6	109-66	28	29	124	878

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром смесь овощная, 180/50	230	6.16	6.82	29.14	203
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	030	1.95	0.3	12.3	60

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

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	035	2.27	0.35	14.35	70
Итого по меню Комплекс №7	109-66	23	21	115	759

Зав. производством:

Калькулятор: