

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 18 Марта 2025 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	090	12.22	10.6	11.2	202
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.62	0.25	10.25	50
Итого по меню Комплекс №1	69-43	20	16	72	520

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

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.41	19.02	169
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
Итого по меню Комплекс №2	88-60	23	32	80	726

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

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.41	19.02	169
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	73-15	23	32	80	726

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

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
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	5	3	34	184

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным	090	12.22	10.6	11.2	202
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.62	0.25	10.25	50

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

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Напиток витаминный	200	0	0	19.4	78
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	029	1.88	0.29	11.89	58
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244
Итого по меню Комплекс №6	109-66	29	29	157	1003

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

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.41	19.02	169
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт	065/029	4.93	9.31	34.77	244

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

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
Итого по меню Комплекс №7	109-66	28	35	127	946

Зав. производством:

Калькулятор: