

МЕНЮ

Столовая гимназии №10
на 19 Марта 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Картофель тушеный с филе птицы рубленным	200	15.19	10.42	20.22	236
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	050	3.25	0.5	20.5	100
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>69-43</u>	<u>21</u>	<u>16</u>	<u>77</u>	<u>536</u>

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

Биточки "Дружба" с соусом сметанным	100	12.34	14.54	12.98	234
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие порционно, 190/30	220	6.03	7.07	29.15	207
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>88-60</u>	<u>21</u>	<u>22</u>	<u>71</u>	<u>571</u>

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

Биточки "Дружба" с соусом сметанным	100	12.34	14.54	12.98	234
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие порционно, 190/30	220	6.03	7.07	29.15	207
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
Скидка		0	0	0	0
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>73-15</u>	<u>21</u>	<u>22</u>	<u>71</u>	<u>571</u>

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

Каша пшеничная вязкая	115	3.17	4.24	18.24	124
Чай полусладкий, 180/5	185	0	0	5	19
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	020	1.3	0.2	8.2	40
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>9-60</u>	<u>4</u>	<u>4</u>	<u>31</u>	<u>183</u>

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

Картофель тушеный с филе птицы рубленным	200	15.19	10.42	20.22	236
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	050	3.25	0.5	20.5	100
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141

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

Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.25	2.32	16.69	99
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	030	1.95	0.3	12.3	60
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	52
<u>Итого по меню Комплекс №6</u>	<u>109-66</u>	<u>26</u>	<u>19</u>	<u>133</u>	<u>815</u>

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

Биточки "Дружба" с соусом сметанным	100	12.34	14.54	12.98	234
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие порционно, 190/30	220	6.03	7.07	29.15	207
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62

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
<u>Итого по меню Комплекс №7</u>	<u>109-66</u>	<u>26</u>	<u>25</u>	<u>118</u>	<u>821</u>

Зав. производством:

Калькулятор: