

**МЕНЮ****Столовая гимназии №10  
на 12 Ноября 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1****Бесплатное горячее питание 1-4 классы**

Биточки "Батыр"	080	12.55	11.96	8.77	192
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром и печеньем ("сахарное к кофе")	200/шт	1.6	3.23	28.33	145
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>71</b>	<b>557</b>

**Меню: Комплекс №1а****дети из многодетных семей**

Биточки "Батыр"	080	12.55	11.96	8.77	192
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70.57
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>25</b>	<b>22</b>	<b>85</b>	<b>640</b>

**Меню: Комплекс №2****Завтрак 5-11 классы**

Кнели из говядины	090	13.91	10.4	5.01	168
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	036	2.55	0.43	18.36	79.2
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>60</b>	<b>479</b>

**Меню: Комплекс №3****Обед**

Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.1	2.2	13.5	96.8
Кнели из говядины	080	12.36	9.24	4.45	149.33
Пюре картофельное	150	3.1	5.46	18.27	145.83
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	026	2.05	0.21	13.21	63.27
<b>Итого по меню Комплекс №3</b>	<b>67-20</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>65</b>	<b>514</b>

**Меню: Комплекс №4****Дополнительное питание**

Каша гречневая вязкая	100	3.01	3.69	14.76	105
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	015	1.08	0.36	7.21	37.5
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>32</b>	<b>180</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: СФ