

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 13 Декабря 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Биточки "Дружба"	090	13.49	14.77	12.88	241
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	025	1.77	0.3	12.75	54.5
Итого по меню Комплекс №1	53-41	21	20	73	541

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

Биточки "Дружба"	090	13.49	14.77	12.88	241
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187.5
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	027	1.92	0.32	13.77	59.4
Пирожки печёные с черносливом	060	3.51	1.35	30.86	152
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	24	21	105	699

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

Фрикадельки домашние	100	13.88	16.63	8.47	242
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Рулет с маком	060	4.43	8.81	30.5	219.6
Итого по меню Комплекс №2	67-20	26	33	97	783

Меню: Комплекс №3**Обед**

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Фрикадельки домашние	080	11.1	13.3	6.78	193.6
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	157.5
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Батон	036	2.59	0.88	17.32	90
Пирожки печёные с черносливом	060	3.51	1.35	30.86	152
Итого по меню Комплекс №3	67-20	27	26	116	801

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Каша пшеничная вязкая молочная	100	4.18	1.92	21.86	120
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	3	44	220

Меню: Комплекс №7**Меню свободного выбора для учащихся старших классов**

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №7	81-85	0	0	0	0

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

Собн