

**МЕНЮ****Столовая гимназии №10  
на 15 Декабря 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150/3	4.95	7.18	29.73	202
Яйцо варёное вкрутую	048/1шт	6.1	5.52	0.34	75
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60.83
Десерт фруктовый (мандарины)	120/2шт	0.96	0.24	9	45.6
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>14</b>	<b>13</b>	<b>52</b>	<b>461</b>

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150/3	4.95	7.18	29.73	202
Яйцо варёное вкрутую	048/1шт	6.1	5.52	0.34	75
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	69.76
Пирожки печеные с капустой яйцом	080	3.95	4.82	30.78	181.33
Десерт фруктовый (мандарины)	120//2шт	0.96	0.24	9	45.6
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>86</b>	<b>652</b>

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

Биточки рыбные (из сайды)	100	12.43	6.58	15.01	173.33
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Компот из ягод (компотная смесь)	200	0.2	0.08	16.43	66
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
Пирожки печёные с черносливом	060	3.51	1.35	30.86	152
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>22</b>	<b>15</b>	<b>100</b>	<b>646</b>

**Меню: Комплекс №3****Обед**

Суп крестьянский (крупа пшеничная) со сметаной	250	1.92	5.1	11.99	96
Биточки рыбные (из сайды)	100	12.43	6.58	15.01	173.33
Пюре картофельное	150	3.1	5.46	18.27	145.83
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	035	2.52	0.85	16.83	87.5
Булочка Домашняя	050	3.52	6.45	27.99	185
<b>Итого по меню Комплекс №3</b>	<b>67-20</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>105</b>	<b>745</b>

**Меню: Комплекс №4****Дотационное питание**

Каша пшеничная вязкая молочная	100	4.18	2.42	21.52	124
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1.3	0.44	8.66	45
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>40</b>	<b>207</b>

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

Обед	шт.	0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>	<b>81-85</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Зав. производством:

Калькулятор:

*Кутса*