



Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"
Будько С.В.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 17 Сентября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Котлеты "Крепыш" соусом красным основным	090	13.4	15.17	11.87	240
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.11	34.06	199.47
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	89.54
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>53-41</u>	22	21	80	588

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Котлеты "Крепыш" соусом красным основным	090	13.4	15.17	11.87	240
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	224.4
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Шафран с яблоками	055	2.86	5.73	25.77	167.2
<u>Итого по меню Комплекс №1а</u>	<u>61-31</u>	25	27	106	766

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Гуляш из говядины	45/45	13.29	11.83	2.97	172
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	022	1.56	0.26	11.22	47.96
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>67-20</u>	21	18	68	502

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	021	1.66	0.17	10.67	51.1
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>8-00</u>	5	3	47	233

Зав.производством: _____
Калькулятор: _____