

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 17 Декабря 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Котлеты "Крепыш"	080	13.25	14.36	11.08	225.78
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.11	34.06	199.47
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Итого по меню Комплекс №1	53-41	22	20	76	553

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

Котлеты "Крепыш"	080	13.26	14.83	10.74	232
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	224.4
Кофейный напиток с печеньем ("солдатик")	200/3шт	2.9	5.17	35.35	193
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	25	26	100	715

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

Сосиски отварные ("халяль")	104/2шт	11.44	24.86	1.66	277.33
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
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
Итого по меню Комплекс №2	67-20	17	32	52	575

Меню: Комплекс №3**Обед**

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	2.35	2.86	19.29	105
Сосиски отварные ("халяль")	052/1шт	5.72	12.43	0.83	138.67
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	029	2.06	0.35	14.79	63.22
Шафран с яблоками	075	3.9	7.82	35.14	228
Итого по меню Комплекс №3	67-20	17	29	88	759

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
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
Итого по меню Комплекс №4	8-00	5	4	48	244

Зав. производством: Калькулятор: 