



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

МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 20 Января 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Кнели из цыплят	080	11.43	11.36	5.51	183
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	55-55	17	17	54	461

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Биточки "Курочка Ряба"	090	17.32	14.51	6.32	240.3
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Чай с сахаром и печеньем ("Со сгущённым молоком")	200/шт	1.6	3.23	28.33	145
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Итого по меню Комплекс №2	71-64	25	25	91	707

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Кнели из цыплят	080	11.43	11.36	5.51	183
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 целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Булочка "Маковка"	055	4.17	7.88	29.41	206.8
Итого по меню Комплекс №4	63-74	22	26	87	689

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша молочная "Дружба"	100	3.28	2.04	19.8	111
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	015	1.08	0.36	7.21	37.5
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	2	37	186

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

Handwritten signature

Handwritten signature