

**МЕНЮ****Столовая гимназии №10  
на 20 ноября 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/3	4.35	5.2	31.17	188
Творожок в промышленной упаковке	100/1шт	9.08	5	4	97
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Булочка Домашняя	040	2.82	5.16	22.39	148
<b><u>Итого по меню Комплекс №1</u></b>	<b><u>53-41</u></b>	<b>19</b>	<b>16</b>	<b>87</b>	<b>565</b>

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

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/3	4.35	5.2	31.17	188
Творожок в промышленной упаковке	100/1шт	9.08	5	4	97
Чай с сахаром с лимоном и мармеладом	200/7/2шт	0.26	0.06	27.61	106
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	43.6
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.67
<b><u>Итого по меню Комплекс №1а</u></b>	<b><u>61-31</u></b>	<b>17</b>	<b>11</b>	<b>83</b>	<b>483</b>

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

Филе куриное с тушёными овощами	090	23.9	30.24	4.24	383.14
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Батон	033	2.38	0.8	15.87	82.5
<b><u>Итого по меню Комплекс №2</u></b>	<b><u>67-20</u></b>	<b>32</b>	<b>38</b>	<b>62</b>	<b>714</b>

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

Каша рисовая молочная гарнирная	100	2.89	1.82	17.84	100
Чай полусладкий	180	0.18	0.04	9.02	34.2
Батон	015	1.08	0.37	7.21	37.5
<b><u>Итого по меню Комплекс №4</u></b>	<b><u>8-00</u></b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>172</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

С.В.