

**МЕНЮ**

**Столовая гимназии №10**  
на 21 Сентября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

обед 1-4 классы

Биточки рыбные (из Сайды)	090	11.04	5.9	13.36	153.9
Пюре картофельное	150	3.1	5.46	18.27	145.83
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.67
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>22</b>	<b>16</b>	<b>81</b>	<b>572</b>

**Меню: Комплекс №1а**

дети из многодетных семей

Десерт фруктовый (банан)	160	2.4	0.8	33.6	153.6
Биточки рыбные (из сайды)	090	11.19	5.92	13.51	156
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	026	1.87	0.63	12.51	65
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>19</b>	<b>14</b>	<b>97</b>	<b>607</b>

**Меню: Комплекс №2**

Завтрак 5-11 классы

Кнели из цыплят	100	14.29	14.2	6.89	228.75
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Напиток апельсиновый с печеньем ("школьная шпаргалка")	200/1шт	1.14	2.57	23.86	133
Хлеб белый	027	2.13	0.22	13.72	65.7
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>21</b>	<b>24</b>	<b>66</b>	<b>602</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	022	1.58	0.54	10.58	55
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>42</b>	<b>217</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_