



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

## Столовая гимназии №10 на 24 Сентября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

#### Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Биточки "Бытыр" с соусом красным основным	080/20	12.67	12.27	9.94	198
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром и печеньем ("к кофе")	200/шт	1.25	2.43	25	123
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>69</b>	<b>541</b>

### Меню: Комплекс №1а

#### дети из многодетных семей

Биточки "Бытыр" с соусом красным основным	080/20	12.67	12.27	9.94	198
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80.3
Рогалик с изюмом	060	3.97	4.09	35.97	196.8
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>24</b>	<b>22</b>	<b>100</b>	<b>690</b>

### Меню: Комплекс №2

#### Завтрак 5-11 классы

Кнели из говядины	090	13.91	10.4	5.01	168
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Напиток из сока (любимый)	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб белый	023	1.82	0.18	11.68	55.66
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>60</b>	<b>483</b>

### Меню: Комплекс №3

#### Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.1	2.2	13.5	96.8
Кнели из говядины	090	13.91	10.4	5.01	168
Пюре картофельное	150	3.1	5.46	18.27	145.83
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
<b>Итого по меню Комплекс №3</b>	<b>67-20</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>56</b>	<b>499</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Дотационное питание

Каша гречневая вязкая	100	3.01	3.69	14.76	105
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб белый	015	1.18	0.12	7.62	36.5
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>32</b>	<b>179</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_