

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

# МЕНЮ

## Столовая гимназии №10 на 27 Ноября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

#### Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150/5	4.95	7.18	29.73	202
Сыр порционно	035	8.26	9.31	0	122.5
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Батон	035	2.52	0.85	16.83	87.5
Десерт фруктовый (яблоко)	140/1шт	0.56	0.56	13.72	65.33
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>76</b>	<b>539</b>

### Меню: Комплекс №1а

#### дети из многодетных семей

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200/10	6.62	12.34	39.68	296
Сыр порционно	035	8.26	9.31	0	122
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Булочка бутербродная	055	5.61	3.63	33.21	191.4
Десерт фруктовый (яблоко)	140/1шт	0.56	0.56	13.72	65.33
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>22</b>	<b>26</b>	<b>102</b>	<b>737</b>

### Меню: Комплекс №2

#### Завтрак 5-11 классы

Цыплята запеч. (четвертинки)	120	29.94	23.5	1.2	365
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	027	2.13	0.22	13.72	65.7
Булочка "Веснушка"	050	3.78	3.16	27.08	154
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>42</b>	<b>33</b>	<b>95</b>	<b>867</b>

### Меню: Комплекс №4

#### 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	0.37	7.21	37.5
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>37</b>	<b>186</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_ *Соб.*