ООО "СОП"

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

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 01 Марта 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Филе куриное с тушёными овощами	*080*	21.2	26.93	3.6	339.2
Каша гречневая вязкая	*150*	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	*200*	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	*030*	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	***55-55***	**28**	**33**	**56**	**627**

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Гуляш из говядины	*45/45*	13.27	11.83	2.97	171.9
Макаронные изделия отварные	*185*	6.42	5.91	39.38	231.25
Чай с сахаром	*200*	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	*030*	2.12	0.36	15.3	66
Булочка с маком	*050*	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №2	***71-64***	**26**	**20**	**100**	**667**

Меню: Комплекс №3

Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	*шт.*	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №3	***87-32***	**0**	**0**	**0**	**0**

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Филе куриное с тушёными овощами	*080*	21.2	26.93	3.6	339.2
Каша гречневая вязкая	*180*	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром	*200*	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	*030*	2.13	0.36	15.3	65.4
Пирожки печеные с капустой яйцом	*070*	3.45	4.22	26.94	158.67
Итого по меню Комплекс №4	***63-74***	**32**	**38**	**87**	**809**

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	*110*	3.83	3.51	23.42	137.5
Чай полусладкий	*180*	0.18	0.04	9.02	34.2
Батон	*025*	1.8	0.61	12.02	62.5
Итого по меню Комплекс №5	***8-30***	**6**	**4**	**44**	**234**

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____