



МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 02 Сентября 2022г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Овощи свежие (огурцы) порционно	040	0.33	0.04	1.06	6
Биточки "Дружба"	080	12	13.15	11.45	216
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Батон	038	2.74	0.92	18.28	95
Итого по меню Комплекс №1	55-55	20	20	68	537

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак 5-11 классы

Сосиски отварные	106/2 шт.	11.66	25.33	1.7	282
Каша гречневая вязкая	185	5.56	6.82	27.29	194
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70.4
Булочка школьная	040	3.61	1.42	21.1	114
Итого по меню Комплекс №2	71-64	23	34	83	726

Меню: Комплекс №4Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	040	0.33	0.04	1.06	6
Биточки "Дружба"	080	12	13.15	11.45	216
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189.6
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70.57
Булочка "Маковка"	055	4.17	7.88	29.41	206.8
Итого по меню Комплекс №4	63-74	24	28	99	751

Меню: Комплекс №5Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	124.8
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.63	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗЗавтрак

Овощи свежие (огурцы) порционно	040	0.33	0.04	1.06	6
Биточки "Дружба"	080	12	13.15	11.45	216
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Батон	038	2.74	0.92	18.28	95

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85.17
Пирожки печеные с мясом, рисом	070	9.12	5.88	35	230.53
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	37	30	158	1052

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____