

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 02 Декабря 2022 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Салат из квашеной капусты	060	0.95	3.05	4.61	49
Плов из филе цыплят (40/170)	210	13.38	11.51	45.71	318
Напиток из шиповника с апельсином и печеньем формовым 200/12/1 шт. (К кофе)	212	0.26	0.08	16.8	67
Батон	031	2.23	0.76	14.91	77
Итого по меню Комплекс №1	55-55	17	15	82	511

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Биточки рыбные	100	12.27	6.56	14.85	171
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и песочным печеньем (200/15/1шт) ("Царское")	215	1.17	4.55	23.56	135
Хлеб целебный ржаной	043	3.05	0.52	21.93	94
Итого по меню Комплекс №2	71-64	22	23	92	663

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Салат из квашеной капусты	060	0.95	3.05	4.61	49
Плов из филе цыплят (40/170)	210	13.38	11.51	45.71	318
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб целебный ржаной	027	1.92	0.32	13.77	59
Пирожки печёные с курагой	075	4.82	1.69	39.22	193
Итого по меню Комплекс №4	63-74	21	17	120	685

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	40	221

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБ

Завтрак

Салат из квашеной капусты	060	0.95	3.05	4.61	49
Плов из филе цыплят (40/170)	210	13.38	11.51	45.71	318
Напиток из шиповника с апельсином и печеньем формовым 200/12/1 шт. (К кофе)	212	0.26	0.08	16.8	67
Батон	031	2.23	0.76	14.91	77

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной, с зеленью (250/2)	252	1.89	5.49	10.5	110
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Хачапури с сыром школьное	090	9.04	10.01	31.21	254
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ и М	95-55	30	31	155	1012

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____