



МЕНЮ
Столовая гимназии №10
на 03. Декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Бутерброд с сыром (30/30)	060	9.45	8.22	15.24	178
Каши молочная "Дружба" с маслом сливочным (150/3)	153	4.94	5.53	29.71	187
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Десерт фруктовый (яблоко)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого по меню Комплекс №1	55-55	16	15	70	474

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Филе куриное с тушёными овощами (45/55)	100	12.08	21.98	7.6	276
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	024	1.7	0.29	12.24	53
Булочка "Маковка"	050	3.79	7.16	26.74	188
Итого по меню Комплекс №2	71-64	24	35	100	801

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Каши молочная "Дружба" с маслом сливочным 180/10	190	5.97	11.93	35.72	272
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный ржаной	046	3.27	0.55	23.46	101
Пицца детская с сосисками	090	9.04	10.7	24.93	236
Десерт фруктовый (яблоко)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого по меню Комплекс №4	63-74	19	24	109	718

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБ

Завтрак

Бутерброд с сыром (30/30)	060	9.45	8.22	15.24	178
Каши молочная "Дружба" с маслом сливочным (150/3)	153	4.94	5.53	29.71	187
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Десерт фруктовый (яблоко)	100	0.4	0.4	9.8	47

Завтрак2

Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Пицца детская с сосисками	090	9.04	10.7	24.93	236
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ и М	95-55	25	25	129	842

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____