



МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 04 Мая 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Сосиски отварные	052/1шт	5.72	12.43	0.83	138.32
Макаронные изделия отварные	165	5.73	5.27	35.12	205.7
Чай с сахаром с лимоном	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Кондитерское изделие без крема (корж молочный)	065	4.09	7.27	40.46	243
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	18	25	107	711

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние	090	12.49	14.97	7.62	217.8
Каша гречневая вязкая	175	5.26	6.46	25.82	183.75
Чай полусладкий с зефиром	225	0.22	0.06	11.27	42.75
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	20	22	59	519

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Сосиски отварные	104/2шт	11.44	24.86	1.66	276.64
Макаронные изделия отварные	165	5.73	5.27	35.12	205.7
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Булочка с маком	055	4.32	1.74	29.7	155.1
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	24	32	97	760

Меню: Комплекс №5

Дотационное 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
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	5	5	42	228

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____