



Универсально
Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"

Будько С.В.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 05 Апреля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Сосиски отварные	052	5.72	12.43	0.83	138.32
Каша гречневая вязкая	155	4.66	5.71	22.87	163.27
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Кондитерское изделие без крема (корж молочный)	065	4.1	7.26	40.46	242.67
Итого по меню Комплекс №1	55-55	18	26	95	679

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Гуляш из говядины	080	2.36	2.1	0.53	30.56
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	029	2.05	0.35	14.79	63.8
Булочка Домашняя	070	4.93	9.03	39.19	259
Итого по меню Комплекс №2	71-64	16	17	108	635

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

Сосиски отварные	052	5.72	12.43	0.83	138.32
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.08	178.5
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Треугольник с фаршем	075	6.48	8.52	20.32	184.5
Итого по меню Комплекс №4	63-74	20	28	77	629

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	180	0.18	0.04	9.02	34.2
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	4	40	209

Зав. производством: _____

Калькулятор: Сов