



Утверждаю

Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"

Будько С.В.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 06 Апреля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	153	5.05	7.32	30.32	206.04
Сыр порционно	015	3.54	3.99	0	52.5
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Десерт фруктовый (яблоко)	115	0.46	0.46	11.27	53.67
Итого по меню Комплекс №1	55-55	15	16	76	514

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Биточки рыбные (из сайды)	090	11.04	5.9	13.36	153.9
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Булочка российская	060	4.09	5	33.53	196
Итого по меню Комплекс №2	71-64	21	18	103	666

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	153	5.05	7.32	30.32	206.04
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб целебный ржаной	038	2.7	0.46	19.38	83.6
Хачапури с сыром школьное	080	8.04	8.9	27.74	225.78
Десерт фруктовый (яблоко)	115	0.46	0.46	11.27	53.96
Итого по меню Комплекс №4	63-74	20	21	109	696

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша овсяная вязкая	100	2.64	4.37	11.87	98
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-30	4	5	32	186

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____