



**МЕНЮ**  
**Столовая гимназии №10**  
**на 07 Октября 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

*Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов*

Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным, 170/10	180	7.65	11.37	34.89	270
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3	113	6.7	13.54	60.55	390
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>17</b>	<b>25</b>	<b>113</b>	<b>823</b>

**Меню: Комплекс №2**

*Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов*

Сосиски отварные, 2 шт.	106	11.66	25.33	1.7	282
Каша пшеничная вязкая	180	4.96	5.77	29.15	187
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60
Пряник (Северный, 1 шт.)	039	2.14	1.95	30.42	148
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>21</b>	<b>33</b>	<b>89</b>	<b>734</b>

**Меню: Комплекс №4**

*Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей*

Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным, 170/10	180	7.65	11.37	34.89	270
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	035	2.47	0.43	17.85	78
Манник домашний с сахарной пудрой, 120/5	125	7.12	14.39	61.38	422
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>17</b>	<b>26</b>	<b>114</b>	<b>848</b>

**Меню: Комплекс №5**

*Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)*

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>40</b>	<b>208</b>

**Меню: Комплекс №6**

*Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак*

Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным, 170/10	180	7.65	11.37	34.89	270
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80
Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3	113	6.7	13.54	60.55	390

*Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак2*

Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Булочка "Творожная"	075	8.76	6.53	36.48	242
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>26</b>	<b>32</b>	<b>183</b>	<b>1192</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_