

ООО "СОП"



**МЕНЮ**  
**Столовая гимназии №10**  
**на 08 Декабря 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Цыплята отварные (голень)	100	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Батон	040	2.88	0.98	19.25	100
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>29</b>	<b>22</b>	<b>65</b>	<b>596</b>

**Меню: Комплекс №2**

**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным	075/25	12.6	14.34	11.48	227
Рис отварной	200	4.88	8.06	45.3	284
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб Сельский	034	1.87	0.34	15.3	105
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>20</b>	<b>23</b>	<b>86</b>	<b>671</b>

**Меню: Комплекс №4**

**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Цыплята отварные (голень)	100	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 160/20	180	4.82	5.9	23.65	169
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	027	1.48	0.27	12.15	84
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>27</b>	<b>22</b>	<b>58</b>	<b>580</b>

**Меню: Комплекс №5**

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

Каша ячневая вязкая	140	2.97	4.43	19.34	128
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	020	0.16	0.3	1.48	9
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>31</b>	<b>177</b>

**Меню: Комплекс №6**

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

Цыплята отварные (голень)	100	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Батон	040	2.88	0.98	19.25	100

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

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70
Рогалик с вареным сгущенным молоком	075	6.91	8.93	44.04	289
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>40</b>	<b>37</b>	<b>150</b>	<b>1119</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

*(Handwritten signatures in blue ink)*