

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 09 Февраля 2022 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс**

Тефтели из говядины (1 вариант)	090	11.89	14.25	12.25	224
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вафлями ("Сливочные")	200/шт	0	0	33.93	129
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	19	19	93	613

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак 5-11 классы**

Горошек зелёный консервированный припущенный (дополнительный гарнир)	015	0.3	0.03	0.82	4.5
Биточки "Дружба"	100	14.99	16.42	14.31	267
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром с лимоном	200/6	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Пирожки печёные с повидлом	070	3.92	1.58	39.94	190.4
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	28	24	124	812

Меню: Комплекс №4**Учащиеся из многодетных семей**

Тефтели из говядины (1 вариант)	090	11.89	14.25	12.25	224
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	224.4
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Пирожки печёные с курагой (с сахарной пудрой)	070/1,5	4.5	1.58	36.61	180.13
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	25	22	136	823

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Макаронные изделия отварные	110	3.83	3.51	23.42	137.5
Чай полусладкий	180	0.18	0.04	9.02	34.2
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	6	4	44	234

Зав.производством: Калькулятор: 