

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 10 Января 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	180	4.96	5.77	29.15	187
Чай с сахаром и лимоном, с кондитерским изделием, 200/7/30/1 шт. (Конфета вафельная в шоколадной глазури)	237	2.06	8.55	34.26	219
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Итого по меню Комплекс №1	64-19	17	32	80	670

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Биточки рыбные	100	12.27	6.56	14.85	171
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром с кондитерским изделием, 200/33/1 шт. (Мини Маффины)	233	1.52	4.34	32.5	172
Хлеб белый	044	3.48	0.35	22.35	106
Итого по меню Комплекс №2	75-80	21	18	92	624

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Батон	027	1.95	0.66	12.99	68
Рогалик с вареным сгущенным молоком	070	6.44	8.33	41.11	270
Итого по меню Комплекс №4	67-63	21	31	96	752

Меню: Комплекс №5**Дотация**

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	180	4.96	5.77	29.15	187
Чай с сахаром и лимоном, с кондитерским изделием, 200/7/30/1 шт. (Конфета вафельная в шоколадной глазури)	237	2.06	8.55	34.26	219
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77
Перемяч печёный с мясом птицы	080	7.85	7.62	21.06	183
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	30	45	141	1083

Зав. производством:

Калькулятор: