



Столовая гимназии №10
на 10 Октября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	225	15.35	10.43	20.65	238
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
Итого по меню Комплекс №1	64-19	20	16	69	502

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.33
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
Итого по меню Комплекс №2	75-80	21	24	99	709

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/35	235	15.42	10.44	20.82	239
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	026	2.05	0.21	13.21	63
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
Итого по меню Комплекс №4	67-63	20	16	70	502

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
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	4	40	208

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	225	15.35	10.43	20.65	238
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Суп картофельный "Рисовое зернышко" с зеленью, 250/2	252	2.07	2.75	19.76	104
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
Итого по меню Комплекс №6	101-38	33	26	148	951

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____