

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**
на 10 Декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным (155/3)	158	4.5	5.29	32.21	195
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Манник домашний с сахарной пудрой (110/2)	112	6.7	13.54	59.63	386
Итого по меню Комплекс №1	55-55	14	20	140	788

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

Цыплята запеч. (четвертинки)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	190	6.6	6.08	40.45	238
Чай с сахаром и песочным печеньем (200/15/1шт) ("Царское")	215	1.17	4.55	23.56	135
Хлеб целебный ржаной	035	2.47	0.43	17.85	78
Итого по меню Комплекс №2	71-64	38	33	83	785

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

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное 155/48/1шт	203	11.97	13.48	42.54	338
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб белый	038	3	0.31	19.31	92.43
Манник домашний с повидлом (110/10)	110	6.13	12.3	58.93	370
Итого по меню Комплекс №4	63-74	22	26	155	932

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

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	8-30	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБ**Завтрак**

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным (155/3)	158	4.5	5.29	32.21	195
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Манник домашний с сахарной пудрой (110/2)	112	6.7	13.54	59.63	386

Завтрак2

Сыр порционно	010	2.36	2.66	0	35
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	015	1.08	0.37	7.22	37
Сосиска в тесте	053/40	8.07	15.01	16.66	234
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ и М	95-55	26	38	174	1132

Зав.производством:

Калькулятор: