



**Столовая гимназии №10**  
на 11 Сентября 2023

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

*Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов*

Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным, 160/5	160/5	6.55	8.62	27.92	214
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	027	1.95	0.66	12.99	68
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт.)	040	2.04	2.08	29.48	144
Десерт фруктовый (яблоко)	085	0.34	0.34	8.33	40
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>113</b>	<b>598</b>

**Меню: Комплекс №2**

*Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов*

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/30	210	6.46	5.78	38.83	228
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	050	3.55	0.6	25.5	109
Изделие слоёное (Круассан с начинкой, 1 шт.)	027	0.62	5.51	14.36	90
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>21</b>	<b>23</b>	<b>104</b>	<b>664</b>

**Меню: Комплекс №4**

*Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей*

Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным, 160/5	160/5	6.55	8.62	27.92	214
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб белый	034	2.69	0.27	17.27	82
Рогалик с изюмом	075	4.96	5.11	44.96	246
Десерт фруктовый (яблоко)	085	0.34	0.34	8.33	40
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>132</b>	<b>714</b>

**Меню: Комплекс №5**

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

Каша пшеничная вязкая	130	3.58	4.16	21.06	135
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Батон	022	1.59	0.54	10.59	55
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>42</b>	<b>228</b>

**Меню: Комплекс №6**

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

Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным, 160/5	160/5	6.55	8.62	27.92	214
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	027	1.95	0.66	12.99	68
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт.)	040	2.04	2.08	29.48	144
Десерт фруктовый (яблоко)	085	0.34	0.34	8.33	40

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

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	037	2.5	0.41	17.36	75
Пирожки печеные с рисом и мясом	070	9.12	5.88	35.1	232
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>29</b>	<b>22</b>	<b>202</b>	<b>1104</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_