



## МЕНЮ

### Столовая гимназии №10 на 11 ноября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

##### Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Бутерброд с сыром, 45/30	075	9.55	8.43	20.25	244
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 180/5	180/5	5.79	7.2	34.67	226
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Изделие слоёное, 1 шт. (Круассан с начинкой)	027	0.62	5.51	14.36	90
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>16</b>	<b>21</b>	<b>85</b>	<b>619</b>

#### Меню: Комплекс №2

##### Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Колбаса вареная куриная отварная с соусом красным основным, 80/20	100	7.56	11.9	1.23	141
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	032	1.76	0.32	14.4	99
Печенье бисквитное (Лотте Чокопай, 1 шт.)	028	1.12	5.04	18.2	123
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>17</b>	<b>23</b>	<b>87</b>	<b>645</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Бутерброд с сыром, 40/30	070	9.28	8.38	18	229
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 180/10	190	5.97	11.93	35.72	272
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Изделие слоёное, 1 шт. (Круассан с начинкой)	027	0.62	5.51	14.36	90
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>16</b>	<b>26</b>	<b>83</b>	<b>650</b>

#### 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	0	9.98	40
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>40</b>	<b>210</b>

#### Меню: Комплекс №6

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

Бутерброд с сыром, 35/30	065	9	8.33	15.75	213
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 180/5	180/5	5.79	7.2	34.67	226
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Изделие слоёное, 1 шт. (Круассан с начинкой)	027	0.62	5.51	14.36	90

##### Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак2

Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Пицца детская с сосисками	095	9.56	11.31	26.31	249
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>25</b>	<b>32</b>	<b>123</b>	<b>905</b>

Зав. производством:

Калькулятор: