ООО "СОП"

Утверждаю
Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"
Будько С.В.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 12 Февраля 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Меню: Комплекс №1					
Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов					
Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый конс. припущенный, 150/15	165	5.66	4.82	32.8	192
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	033	1.81	0.33	14.85	102
Итого по меню Комплекс №1	66-76	17	16	73	531
Меню: Комплекс №2					
Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов					
Гуляш из филе птицы	110	14.13	17.87	4.13	233
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 180/10	190	5.49	6.65	26.72	190
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб целебный	030	2.13	0.36	15.3	66
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт.)	020	1.42	4.52	8.62	99
Итого по меню Комплекс №2	81-20	23	29	70	646
Меню: Комплекс №4					
Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей					
Гуляш из филе птицы	110	14.13	17.87	4.13	233
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 180/10	190	5.49	6.65	26.72	190
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб целебный	030	2.13	0.36	15.3	66
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт.)	020	1.42	4.52	8.62	99
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	70-34	23	29	70	646
Меню: Комплекс №5					
Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (дотац. питание)					
Каша овсяная вязкая	110	2.9	4.81	13.04	108
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	022	1.59	0.54	10.59	55
Итого по меню Комплекс №5	9-20	4	5	34	203
Меню: Комплекс №6 (по желанию)					
Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК					
Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый конс. припущенный, 150/15	165	5.66	4.82	32.8	192
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2					
Сок в ассортименте	200	1	0	18.2	76
Пирожки печёные с курагой	075	4.82	1.69	39.22	193
Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)	105-44	23	18	128	763
Меню: Комплекс №7					
Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК					
Гуляш из филе птицы	110	14.13	17.87	4.13	233
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 180/10	190	5.49	6.65	26.72	190
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб целебный	035	2.47	0.43	17.85	78
Пирожки печёные с курагой	075	4.82	1.69	39.22	193
Двухразовое питание учащихся 1-11 класс 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 Сельский	035	1.92	0.35	15.75	108
Итого по меню Комплекс №7	105-44	35	32	156	1059

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____