

**МЕНЮ****Столовая гимназии №10  
на 12 Мая 2022 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	035	0.24	0.03	0.68	3.5
Котлеты "Любительские"	050	7.58	6.56	6.66	123.89
Каша гречневая рассыпчатая	150	8.58	6.61	42.22	265.5
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
<b><u>Итого по меню Комплекс №1</u></b>	<b><u>55-55</u></b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>62</b>	<b>533</b>

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

Овощи соленые (огурцы) порционно	010	0.08	0.01	0.17	1.5
Плов из филе цыплят	240	22.3	21.83	52.88	483.13
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Булочка "Маковка" с сахарной пудрой	050/1,3	3.79	7.16	26.74	188.18
<b><u>Итого по меню Комплекс №2</u></b>	<b><u>71-64</u></b>	<b>29</b>	<b>29</b>	<b>116</b>	<b>823</b>

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

Котлеты "Любительские"	050	7.58	6.56	6.66	123.89
Каша гречневая рассыпчатая	150	8.58	6.61	42.22	265.5
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	028	1.99	0.34	14.28	61.04
Беккен с капустой, яйцом	065	4.3	7.31	17.17	153.83
<b><u>Итого по меню Комплекс №4</u></b>	<b><u>63-74</u></b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>80</b>	<b>682</b>

**Меню: Комплекс №5****Дотационное питание**

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	4.43	19.04	130.8
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
<b><u>Итого по меню Комплекс №5</u></b>	<b><u>8-30</u></b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>39</b>	<b>219</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_