

**МЕНЮ****Столовая гимназии №10**  
на 12 ноября 2024 г.

Наименование блюда	ПитВыход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	021	1.15	0.21	9.45	65
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>66-76</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>71</b>	<b>538</b>

**Меню: Комплекс №2****Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
Печенье формовое (1 шт)	015	1.09	2.7	10.42	70
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>81-20</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>66</b>	<b>617</b>

**Меню: Комплекс №4****Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
Печенье формовое (1 шт)	015	1.09	2.7	10.42	70
Скидка		0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>70-34</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>66</b>	<b>617</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	014	1.01	0.35	6.73	35
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>9-20</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	<b>200</b>

**Меню: Комплекс №6****Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	021	1.15	0.21	9.45	65

**Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ОБЕД**

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	200	1.61	2.2	15.75	83
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Печенье бисквитное (Лотте Чокопай, 1 шт)	028	1.12	5.04	18.2	123
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>105-44</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>135</b>	<b>899</b>

**Меню: Комплекс №7****Двухразовое питание учащихся 5-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
Печенье формовое (1 шт)	015	1.09	2.7	10.42	70

**Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД**

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб (порциями)	036	1.98	0.36	16.2	112
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>	<b>105-44</b>	<b>24</b>	<b>29</b>	<b>119</b>	<b>900</b>

Зав.производством:

Калькулятор: