



МЕНЮ
Столовая гимназии №10
на 12 декабря 2023

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб Сельский	023	1.26	0.23	10.35	71
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141
Итого по меню Комплекс №1	64-19	18	24	81	635

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	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб Сельский	034	1.87	0.34	15.3	105.64
Изделие слоёное, 1 шт. (Круассан с начинкой)	027	0.62	5.51	14.36	90
Итого по меню Комплекс №2	75-80	19	23	92	655

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	180	4.96	5.77	29.15	187
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб Сельский	035	1.92	0.35	15.75	108
Булочка Домашняя (с сахаром)	050	3.52	6.45	27.99	185
Итого по меню Комплекс №4	67-63	18	30	91	737

Меню: Комплекс №5

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (дотация питание)

Каша пшеничная вязкая	130	3.58	4.16	21.06	135
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	022	1.59	0.54	10.59	55
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	42	230

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб Сельский	023	1.26	0.23	10.35	71
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Батон	027	1.95	0.66	12.99	68
Перемяч печёный с мясом птицы	075	7.35	7.14	19.75	173
Итого по меню Комплекс №6	101-38	29	37	137	1027

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____