

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**

на 13 февраля 2023 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
Каши гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/11/1 шт. (К кофе)	211	0.99	2.06	23.29	114
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	64-19	18	19	72	536

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

Свекла отварная порционно	100	1.08	0.08	7.55	30
Сосиски отварные, 2 шт.	106	11.66	25.33	1.7	282
Каши гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	168
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб цельнозерновой ржаной	036	2.56	0.43	18.36	79.2
Итого по меню Комплекс №2	75-80	20	32	66	616

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каши гречневая вязкая	190	5.7	7.01	28.03	200
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №4	67-63	22	20	101	677

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каши пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каши гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/11/1 шт. (К кофе)	211	0.99	2.06	23.29	114
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.78	80
Пирожки печеные с рисом и мясом	070	9.12	5.88	35.1	232
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	35	30	161	1047

Зав. производством: Калькулятор: 