



МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 13 Марта 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
Каша 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

Сосиски отварные, 2 шт.	106	11.66	25.33	1.7	282
Каша гречневая вязкая	200	6.01	7.38	29.51	210
Чай полусладкий с печеньем формовым, 200/11/1 шт. (к кофе)	211	1	2.03	17.66	90
Батон	041	2.72	0.94	19.31	92.25
Итого по меню Комплекс №2	75-80	21	36	68	674

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
Каша 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)

Каша 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
Каша 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	16.76	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	104	1047

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____