



Утверждаю

Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"

Будько С.В.

Столовая гимназии №10

на 13 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	020	0.14	0.02	0.38	2
Плов из филе цыплят	210	15.6	14.71	42.5	349.65
Чай с сахаром и мармеладом	216	0.22	0.05	29.59	112.32
Батон	034	2.45	0.83	16.35	85
Итого по меню Комплекс №1	55-55	18	16	89	549

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние	090	12.49	14.97	7.66	218
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №2	71-64	19	22	59	525

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	020	0.14	0.02	0.38	2
Плов из филе цыплят	210	15.6	14.71	42.5	349.65
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №4	63-74	24	20	103	673

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118.3
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	40	219

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____