

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 14 Января 2022 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Биточки "Батыр"	080	12.55	11.96	8.77	192
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	20	18	61	480

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак 5-11 классы**

Кнели из говядины	090	13.91	10.4	5.01	168
Пюре картофельное с маслом	180/3	3.73	8.67	21.95	194
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	20	19	57	485

Меню: Комплекс №4**Учащиеся из многодетных семей**

Биточки "Батыр"	080	12.55	11.96	8.77	192
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189.6
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Расстегаи с яблоками	085	4.24	2.39	39.07	197.52
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	25	21	105	702

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша пшеничная вязкая	100	2.75	3.21	16.2	104
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	5	4	38	204

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____