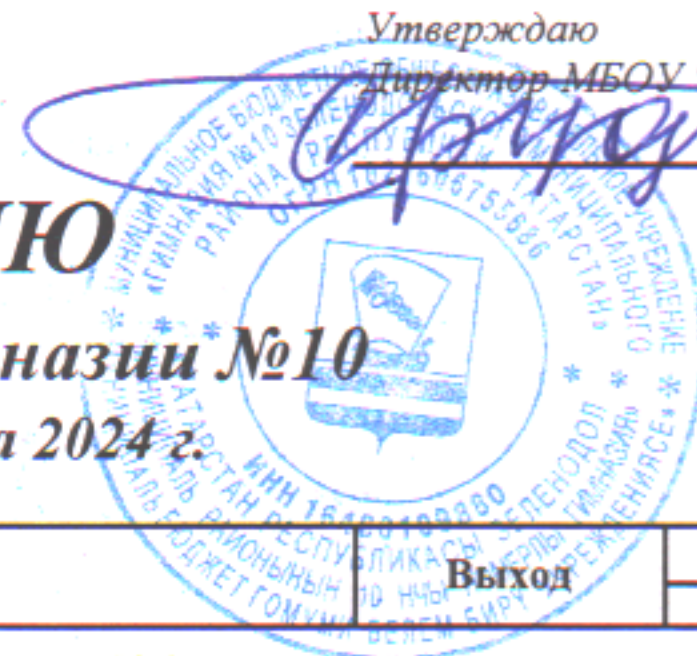


# МЕНЮ

## Столовая гимназии №10

### на 14 Марта 2024 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

##### Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб Сельский	032	1.76	0.32	14.4	99
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>66-76</b>	<b>19</b>	<b>22</b>	<b>55</b>	<b>526</b>

#### Меню: Комплекс №2

##### Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Котлеты "Любительские" с соусом сметанным, 80/20	100	12.48	11.44	12.05	213
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб целебный	033	2.34	0.4	16.83	72
Булочка ванильная	050	3.75	4.06	26.72	159
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>81-20</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>96</b>	<b>696</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Котлеты "Любительские" с соусом сметанным, 80/20	100	12.48	11.44	12.05	213
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб целебный	033	2.34	0.4	16.83	72
Булочка ванильная	050	3.75	4.06	26.72	159
Скидка		0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>70-34</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>96</b>	<b>696</b>

#### Меню: Комплекс №5

##### Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>9-20</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>40</b>	<b>210</b>

#### Меню: Комплекс №6 (по желанию)

##### Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб Сельский	029	1.59	0.29	13.05	90

##### Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

Сосиска в тесте	053/50	8.73	15.83	20.69	259
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
<b>Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)</b>	<b>105-44</b>	<b>28</b>	<b>38</b>	<b>90</b>	<b>833</b>

#### Меню: Комплекс №7

##### Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Котлеты "Любительские" с соусом сметанным, 80/20	100	12.48	11.44	12.05	213
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	033	1.81	0.33	14.85	102
Булочка ванильная	050	3.75	4.06	26.72	159

##### Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОБЗ и МОБ - ОБЕД

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/, с зеленью, 250/3	253	2.29	5.7	20	132
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный	034	2.41	0.41	17.34	74
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>	<b>105-44</b>	<b>27</b>	<b>29</b>	<b>147</b>	<b>989</b>

Зав. производством:

Калькулятор:

