

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

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая молочная с маслом сливочным	155	5.85	8.87	25.05	201.5
Сыр порционно	020	4.72	5.32	0	70
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Батон	027	1.94	0.66	12.99	67.5
Десерт фруктовый (яблоко)	140	0.56	0.56	13.72	65.33
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	14	16	67	466

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

Сосиски отварные	104/2шт	11.44	24.86	1.66	276.64
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	035	2.48	0.42	17.85	77
Ватрушка с повидлом	075	4.5	2.37	45.49	219
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	25	33	118	855

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

Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая молочная с маслом сливочным	155	5.85	8.87	25.05	201.5
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб целебный ржаной	037	2.63	0.44	18.87	81.4
Беккен с капустой, яйцом	060	3.97	6.75	15.85	142
Десерт фруктовый (яблоко)	140	0.56	0.56	13.72	65.33
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	14	17	107	622

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Макаронные изделия отварные	100	3.47	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	5	4	39	203

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

