

**МЕНЮ****Столовая гимназии №10  
на 14 Октября 2024 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 180/5/15	200	11.04	11.07	39.43	299
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт)	050	2.2	13.6	32	227
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>66-76</b>	<b>15</b>	<b>25</b>	<b>99</b>	<b>672</b>

**Меню: Комплекс №2****Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>81-20</b>	<b>23</b>	<b>19</b>	<b>111</b>	<b>742</b>

**Меню: Комплекс №4****Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144
Скидка		0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>70-34</b>	<b>23</b>	<b>19</b>	<b>111</b>	<b>742</b>

**Меню: Комплекс №5****Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	130	3.58	4.16	21.06	135
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	015	1.08	0.37	7.22	37
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>9-20</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>38</b>	<b>212</b>

**Меню: Комплекс №6****Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 180/5/15	200	11.04	11.07	39.43	299
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт)	050	2.2	13.6	32	227

**Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ОБЕД**

Суп картофельный с горохом, с зеленью, 250/2	252	5.32	4.43	22.13	143
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб (порциями)	027	1.48	0.27	12.15	84
Изделие бисквитное, 2 шт. (Мини Маффины)	058	2.61	11.02	29.58	226
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>105-44</b>	<b>24</b>	<b>41</b>	<b>173</b>	<b>1165</b>

**Меню: Комплекс №7****Двухразовое питание учащихся 5-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144

**Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД**

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	038	2.09	0.38	17.1	118
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>	<b>105-44</b>	<b>32</b>	<b>29</b>	<b>186</b>	<b>1200</b>

Зав. производством:

Калькулятор: