

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

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Гуляш из филе индейки (50/50)	100	16.56	4.84	3.37	127
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Батон	032	2.31	0.79	15.4	80
Итого по меню Комплекс №1	55-55	26	11	70	482

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак 5-11 классы

Биточки "Дружба"	100	14.99	16.42	14.31	267
Макаронные изделия отварные	185	6.42	5.91	39.38	231
Чай полусладкий с зефиром (200/25/1шт)	225	0.2	0.05	10.02	38
Батон	043	3.1	1.05	20.69	108
Итого по меню Комплекс №2	71-64	25	23	84	644

Меню: Комплекс №3Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №3	87-32	0	0	0	0

Меню: Комплекс №4Учащиеся из многодетных семей

Гуляш из филе индейки (50/50)	100	16.56	4.84	3.37	127
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	028	2.21	0.22	14.22	68
Пирожки печёные с повидлом	070	3.92	1.59	39.95	189
Итого по меню Комплекс №4	63-74	29	12	109	659

Меню: Комплекс №5Дотационное питание

Каша овсяная вязкая	120	3.17	5.24	14.24	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	6	34	206

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБЗавтрак

Гуляш из филе индейки (50/50)	100	16.56	4.84	3.37	127
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Батон	032	2.31	0.79	15.4	80

Обед

Суп крестьянский (крупа пшеничная) со сметаной	250	1.92	5.1	11.99	96
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Перемяч печёный с мясом	080	7.75	5.65	20.9	166
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ и М	95-55	38	23	138	894

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____