

**МЕНЮ**
**Столовая гимназии №10  
на 15 Февраля 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Гуляш из филе индейки, 55/55	110	18.21	5.33	3.7	141
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	042	3.32	0.34	21.34	102
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>28</b>	<b>11</b>	<b>74</b>	<b>505</b>

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	160	5.58	5.12	34.16	200
Чай полусладкий с кондитерским изделием, 200/39/1 шт. (Конфета вафельная в шоколадной глазури)	239	2.54	11.09	34.71	246
Батон	033	2.37	0.81	15.88	83
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	52
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>21</b>	<b>28</b>	<b>106</b>	<b>761</b>

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

Гуляш из филе индейки, 55/55	110	18.21	5.33	3.7	141
Макаронные изделия отварные	160	5.55	5.11	34.07	200.47
Кофейный напиток конд. изделием, 200/21/1 шт. (Конфета глазир. Цитрон)	221	1.01	1.87	32.8	146
Батон	023	1.65	0.56	11.07	58
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>26</b>	<b>13</b>	<b>82</b>	<b>545</b>

**Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. 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
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>34</b>	<b>206</b>

**Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак

Гуляш из филе индейки, 55/55	110	18.21	5.33	3.7	141
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	042	3.32	0.34	21.34	102

Обед

Суп крестьянский (крупа пшеничная) с зеленью, 250/3	253	1.87	3.66	11.92	82
Чай с сахаром и лимоном, с конд. изделием без крема 200/7/60/1 шт. (Корж молочный)	267	4.1	6.72	53.85	288
Хлеб белый	044	3.48	0.35	22.35	106
<b>Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ</b>	<b>101-38</b>	<b>37</b>	<b>22</b>	<b>163</b>	<b>981</b>

Зав. производством:

Калькулятор:

*Кир*  
*Алеш*