

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 16 Января 2024 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Сосиски для детского питания отварные с соусом сметанным, 80/10	090	8.98	19.85	2.11	223
Каша пшеничная вязкая	150	4.14	4.8	24.29	156
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141
Итого по меню Комплекс №1	66-76	19	26	79	626

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Биточки "Дружба" с соусом сметанным, 80/20	100	12.34	14.54	12.98	234
Макаронные изделия отварные	200	6.94	6.39	42.59	249
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб Сельский	025	1.37	0.25	11.25	77
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144
Итого по меню Комплекс №2	81-20	23	23	110	758

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Биточки "Дружба" с соусом сметанным, 80/20	100	12.34	14.54	12.98	234
Макаронные изделия отварные	200	6.94	6.39	42.59	249
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб Сельский	025	1.37	0.25	11.25	77
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144
Скидка	-	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	70-34	23	23	110	758

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	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	9-20	5	5	41	225

Меню: Комплекс №6 (по желанию)

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

Сосиски для детского питания отварные с соусом сметанным, 80/10	090	8.98	19.85	2.11	223
Каша пшеничная вязкая	150	4.14	4.8	24.29	156
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144
Десерт фруктовый (мандарин)	080	0.64	0.16	6	30
Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)	105-44	23	29	133	876

Меню: Комплекс №7

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

Биточки "Дружба" с соусом сметанным, 80/20	100	12.34	14.54	12.98	234
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб Сельский	029	1.59	0.29	13.05	90
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144

Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	220	1.63	4.91	7.06	84
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб целебный ржаной	029	2.06	0.35	14.79	64
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141
Итого по меню Комплекс №7	105-44	31	30	172	1098

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____