

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 16 Марта 2022 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	165/10	5.48	12.44	32.75	262.9
Яйцо варёное вкрутую	048/шт	6.1	5.52	0.34	75
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Десерт фруктовый (яблоко)	116/шт	0.46	0.46	11.37	54.13
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	14	19	60	543

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

Биточки рыбные (из сайды)	090	11.04	5.9	13.36	153.9
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Булочка "Творожная" (с сахарной пудрой)	060/2,5	7	5.22	29.18	194.4
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	24	18	99	664

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	165/10	5.48	12.44	32.75	262.9
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	040	2.88	0.97	19.24	100
Перемяч печёный с мясом птицы	080	7.85	7.62	21.06	183
Десерт фруктовый (яблоко)	116/шт	0.46	0.46	11.37	54.43
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	17	21	118	732

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша молочная "Дружба"	100	3.28	2.04	19.8	111
Чай полусладкий	180	0.18	0.04	9.02	34.2
Батон	015	1.08	0.36	7.21	37.5
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	5	2	36	183

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____