



Столовая гимназии №10 на 16 Апреля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	6.12	8.81	26.16	207
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60
Кондитерское изделие без крема (корж молочный)	075/шт	4.72	8.39	46.68	280.38
Десерт фруктовый (яблоко)	105	0.42	0.42	10.29	49
Итого по меню Комплекс №1	55-55	14	18	111	658

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Сосиски отварные	104/2шт	11.44	24.86	1.66	276.64
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром с лимоном	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Пирожки печёные с повидлом	075	4.2	1.69	42.79	204
Итого по меню Комплекс №2	71-64	24	33	113	831

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным	160/5	6.53	9.4	27.9	220.8
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб целебный ржаной	033	2.34	0.4	16.83	72.6
Беккен с капустой, яйцом	090	5.96	10.12	23.77	213
Десерт фруктовый (яблоко)	105	0.42	0.42	10.29	49
Итого по меню Комплекс №4	63-74	16	20	113	687

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.47	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	4	39	203

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

32