



**МЕНЮ**  
**Столовая гимназии №10**  
**на 16 Сентября 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Бутерброд с сыром, 30/30	060	9.35	8.76	15.69	186
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 180/10	190	5.97	11.93	35.72	272
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	027	2.13	0.22	13.72	65
Пряник (Северный, 1 шт.)	039	2.14	1.95	30.42	148
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>20</b>	<b>23</b>	<b>111</b>	<b>730</b>

**Меню: Комплекс №2**

**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Колбаса вареная куриная отварная с соусом красным основным, 80/20	100	7.56	11.9	1.23	141
Макаронные изделия отварные с зеленым горошком консерв., припущенным, 170/10	180	6.2	5.45	36.78	216
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>94</b>	<b>646</b>

**Меню: Комплекс №4**

**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 180/10	190	5.97	11.93	35.72	272
Сосиска в тесте	053/50	8.73	15.83	20.69	259
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>17</b>	<b>28</b>	<b>88</b>	<b>669</b>

**Меню: Комплекс №5**

**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>40</b>	<b>208</b>

**Меню: Комплекс №6**

**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак**

Бутерброд с сыром, 30/30	060	9.35	8.76	15.69	186
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 180/10	190	5.97	11.93	35.72	272
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	027	2.13	0.22	13.72	65
Пряник (Северный, 1 шт.)	039	2.14	1.95	30.42	148

**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак2**

Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Пицца детская с сосисками	095	9.56	11.31	26.31	249
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>30</b>	<b>34</b>	<b>154</b>	<b>1044</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_