

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**
на 16 Сентября 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 180/5/15	200	11.04	11.07	39.43	299
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт)	050	2.2	13.6	32	227
Итого по меню Комплекс №1	66-76	15	25	99	672

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144
Итого по меню Комплекс №2	81-20	23	19	111	742

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
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	19	111	742

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	015	1.08	0.37	7.22	37
Итого по меню Комплекс №5	9-20	5	5	38	212

Меню: Комплекс №6**Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 180/5/15	200	11.04	11.07	39.43	299
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт)	050	2.2	13.6	32	227

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

Суп картофельный с горохом, с зеленью, 250/2	252	5.32	4.43	22.13	143
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб (порциями)	027	1.48	0.27	12.15	84
Изделие бисквитное, 2 шт. (Мини Маффины)	058	2.61	11.02	29.58	226
Итого по меню Комплекс №6	105-44	24	41	173	1165

Меню: Комплекс №7**Двухразовое питание учащихся 5-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144

Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	038	2.09	0.38	17.1	118
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
Итого по меню Комплекс №7	105-44	32	29	186	1200

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____