

ООО "СОП"



Меню
Столовая гимназии №10
на 16 Октября 2023 г.

| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 9.72 | 10.86 | 10.29 | 180 |
| Макаронные изделия отварные с зеленым горошком консерв., припущенным, 170/20 | 190 | 6.51 | 5.47 | 37.37 | 220 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 0.2 | 0.05 | 10.02 | 38 |
| Батон | 023 | 1.65 | 0.56 | 11.07 | 58 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 64-19 | 18 | 17 | 69 | 496 |

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

| | | | | | |
|-------------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Гуляш из филе птицы | 100 | 12.84 | 16.24 | 3.76 | 211 |
| Каша гречневая вязкая | 185 | 5.56 | 6.82 | 27.29 | 194 |
| Чай полусладкий с курагой, 200/10/7 | 217 | 0.56 | 0.07 | 13.59 | 54 |
| Хлеб целебный ржаной | 040 | 2.84 | 0.48 | 20.4 | 88 |
| Пряник (Зареченский, 1 шт.) | 039 | 2.14 | 1.95 | 30.42 | 148 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 75-80 | 24 | 26 | 95 | 695 |

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 9.72 | 10.86 | 10.29 | 180 |
| Макаронные изделия отварные с зеленым горошком консерв., припущенным, 170/20 | 190 | 6.51 | 5.47 | 37.37 | 220 |
| Чай полусладкий с курагой, 200/10/7 | 217 | 0.56 | 0.07 | 13.59 | 54 |
| Батон | 026 | 1.87 | 0.64 | 12.51 | 65 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 67-63 | 19 | 17 | 74 | 519 |

Меню: Комплекс №5

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

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша овсяная вязкая | 120 | 3.17 | 5.24 | 14.24 | 118 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 0.2 | 0.05 | 10.02 | 38 |
| Батон | 022 | 1.59 | 0.54 | 10.59 | 55 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 8-80 | 5 | 6 | 35 | 211 |

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

| | | | | | |
|--|-----|------|-------|-------|-----|
| Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 9.72 | 10.86 | 10.29 | 180 |
| Макаронные изделия отварные с зеленым горошком консерв., припущенным, 170/20 | 190 | 6.51 | 5.47 | 37.37 | 220 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 0.2 | 0.05 | 10.02 | 38 |
| Батон | 023 | 1.65 | 0.56 | 11.07 | 58 |

Двухразовое питание для учащихся с 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 целебный ржаной | 034 | 2.41 | 0.41 | 17.34 | 74 |
| Хачапури с сыром школьное | 085 | 8.56 | 9.45 | 29.48 | 242 |
| Итого по меню Комплекс №6 | 101-38 | 35 | 31 | 153 | 1011 |

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____