

# МЕНЮ

## Столовая гимназии №10 на 17 Мая 2024 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Цыплята отварные (голень)	100	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб (порциями) Сельский	035	1.92	0.35	15.75	108
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>66-76</b>	<b>28</b>	<b>22</b>	<b>65</b>	<b>624</b>

**Меню: Комплекс №2**

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	235	14.62	15.93	21.89	290
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб целебный	032	2.27	0.38	16.32	70
Гребешки с повидлом	075	4.56	3.15	40.59	210
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>81-20</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>93</b>	<b>625</b>

**Меню: Комплекс №4**

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	235	14.62	15.93	21.89	290
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб целебный	032	2.27	0.38	16.32	70
Гребешки с повидлом	075	4.56	3.15	40.59	210
Скидка		0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>70-34</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>93</b>	<b>625</b>

**Меню: Комплекс №5**

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

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	024	1.73	0.59	11.55	60
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>9-20</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>39</b>	<b>218</b>

**Меню: Комплекс №6 (по желанию)**

Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Цыплята отварные (голень)	100	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	034	1.87	0.34	15.3	105

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

Нектар в ассортименте	180	0.54	0	30.6	118.8
Рогалик с вареным сгущенным молоком	075	6.91	8.93	44.04	289
<b>Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)</b>	<b>105-44</b>	<b>36</b>	<b>31</b>	<b>139</b>	<b>1029</b>

**Меню: Комплекс №7**

Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	235	14.62	15.93	21.89	290
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб целебный	032	2.27	0.38	16.32	70
Гребешки с повидлом	075	4.56	3.15	40.59	210

Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной, с зеленью, 250/2	252	1.89	5.49	10.5	110
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	034	1.87	0.34	15.3	105
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>	<b>105-44</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>137</b>	<b>917</b>

Зав. производством:

Калькулятор:

*С.В. Будько*