

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 17 Октября 2024 г.**

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Свекла отварная порционно	060	5-80	0.65	0.05	4.53	18
Плов с мясом говядины рубленным, 30/150	180	49-00	12.5	12.7	40.1	326
Чай с сахаром, 200/15	215	3-10	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	031	2-86	1.7	0.31	13.95	96
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт)	020	6-00	1.42	4.52	8.62	99
Итого по меню Комплекс №1		66-76	16	18	82	596

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

Цыплята отварные (голень)	110	55-20	22.86	16.83	3.97	275
Рис отварной	190	20-60	4.64	7.65	43.04	270
Чай с сахаром, 200/15	215	3-10	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	035	2-30	1.92	0.35	15.75	108
Итого по меню Комплекс №2		81-20	30	25	78	710

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

Цыплята отварные (голень)	110	55-20	22.86	16.83	3.97	275
Рис отварной	190	20-60	4.64	7.65	43.04	270
Чай с сахаром, 200/15	215	3-10	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	035	2-30	1.92	0.35	15.75	108
Скидка		-10-86	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4		70-34	30	25	78	710

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша овсяная вязкая	110	5-80	2.9	4.81	13.04	108
Чай полусладкий, 200/10	210	2-40	0	0	9.98	40
Батон	017	1-00	1.23	0.41	8.18	43
Итого по меню Комплекс №5		9-20	4	5	31	191

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

Свекла отварная порционно	060	5-80	0.65	0.05	4.53	18
Плов с мясом говядины рубленным, 30/150	180	49-00	12.5	12.7	40.1	326
Чай с сахаром, 200/15	215	3-10	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	031	2-86	1.7	0.31	13.95	96
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт)	020	6-00	1.42	4.52	8.62	99

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

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	11-30	2.35	2.86	19.29	105
Компот из ягод	200	7-90	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб (порциями)	038	3-48	2.09	0.38	17.1	118
Печенье сахарное (Коломенское, 1 шт)	030	16-00	2.14	4.51	19.32	126
Итого по меню Комплекс №6		105-44	23	25	154	1011

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

Цыплята отварные (голень)	110	55-20	22.86	16.83	3.97	275
Рис отварной	190	20-60	4.64	7.65	43.04	270
Чай с сахаром, 200/15	215	3-10	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	035	2-30	1.92	0.35	15.75	108

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

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	11-30	2.35	2.86	19.29	105
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.16	58
Хлеб (порциями)	022	2-04	1.21	0.22	9.9	68
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт)	020	6-00	1.42	4.52	8.62	99
Итого по меню Комплекс №7		105-44	35	33	131	1040

Зав. производством:

Калькулятор: