

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**

на 18 ноября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Плов из филе цыплят (40/170)	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Батон	031	2.23	0.76	14.91	77
Итого по меню Комплекс №1	55-55	16	12	81	477

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак 5-11 класс**

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Биточки рыбные	100	12.27	6.56	14.85	171
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и песочным печеньем (200/15/шт) ("Царское")	215	1.17	4.55	23.56	135
Хлеб целебный ржаной	043	3.05	0.52	21.93	94
Итого по меню Комплекс №2	71-64	22	23	92	663

Меню: Комплекс №4**Учащиеся из многодетных семей**

Овощи свежие (огурцы) порционно	040	0.29	0.04	0.78	4
Плов из филе цыплят (40/170)	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Батон	029	2.09	0.71	13.96	73
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №4	63-74	22	17	104	632

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	40	221

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ**Завтрак**

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Плов из филе цыплят (40/170)	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Батон	031	2.23	0.76	14.91	77

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной, с зеленью (250/2)	252	1.89	5.49	10.5	110
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Хачапури с сыром школьное	090	9.04	10.01	31.21	254
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	30	28	154	978

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____