



МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 19 Октября 2024 г.

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

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, яйцо вареное, 180/5/48/1 шт | 233 | 11.94 | 12.82 | 36.03 | 305 |
| Напиток витаминный | 200 | 0 | 0 | 19.4 | 78 |
| Хлеб (порциями) | 038 | 2.09 | 0.38 | 17.1 | 118 |
| Изделие бисквитное (Мини Маффины, 1 шт) | 029 | 1.3 | 5.51 | 14.79 | 113 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 66-76 | 15 | 19 | 87 | 614 |

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 7.82 | 17 | 1.15 | 189 |
| Макаронные изделия отварные | 190 | 6.6 | 6.08 | 40.45 | 238 |
| Напиток лимонный | 200 | 0.13 | 0.01 | 15.39 | 65 |
| Хлеб (порциями) | 026 | 1.43 | 0.26 | 11.7 | 81 |
| Печенье сдобное (Домашнее, 1 шт) | 037 | 2.92 | 7.4 | 23.12 | 171 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 81-20 | 19 | 31 | 92 | 744 |

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 7.82 | 17 | 1.15 | 189 |
| Макаронные изделия отварные | 190 | 6.6 | 6.08 | 40.45 | 238 |
| Напиток лимонный | 200 | 0.13 | 0.01 | 15.39 | 65 |
| Хлеб (порциями) | 026 | 1.43 | 0.26 | 11.7 | 81 |
| Печенье сдобное (Домашнее, 1 шт) | 037 | 2.92 | 7.4 | 23.12 | 171 |
| Скидка | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 70-34 | 19 | 31 | 92 | 744 |

Меню: Комплекс №5

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

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Макаронные изделия отварные | 100 | 3.48 | 3.19 | 21.29 | 125 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 0 | 0 | 9.98 | 40 |
| Батон | 014 | 1.01 | 0.35 | 6.73 | 35 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 9-20 | 4 | 4 | 38 | 200 |

Меню: Комплекс №6

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

| | | | | | |
|--|-----|-------|-------|-------|-----|
| Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, яйцо вареное, 180/5/48/1 шт | 233 | 11.94 | 12.82 | 36.03 | 305 |
| Напиток витаминный | 200 | 0 | 0 | 19.4 | 78 |
| Хлеб (порциями) | 038 | 2.09 | 0.38 | 17.1 | 118 |
| Изделие бисквитное (Мини Маффины, 1 шт) | 029 | 1.3 | 5.51 | 14.79 | 113 |

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

| | | | | | |
|----------------------------------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Шоколадный батончик "Милки Вей" | 026 | 2.55 | 9.02 | 13.1 | 144 |
| Компот из ягод | 200 | 0.2 | 0.08 | 16.43 | 66 |
| Итого по меню Комплекс №6 | 105-44 | 18 | 28 | 117 | 824 |

Меню: Комплекс №7

Двухразовое питание учащихся 5-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

| | | | | | |
|--|-----|------|------|-------|-----|
| Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 7.82 | 17 | 1.15 | 189 |
| Макаронные изделия отварные | 190 | 6.6 | 6.08 | 40.45 | 238 |
| Напиток лимонный | 200 | 0.13 | 0.01 | 15.39 | 65 |
| Хлеб (порциями) | 022 | 1.21 | 0.22 | 9.9 | 68 |
| Печенье сдобное (Домашнее, 1 шт) | 037 | 2.92 | 7.4 | 23.12 | 171 |

Двухразовое питание учащихся 5-11 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

| | | | | | |
|---|---------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Напиток витаминный | 200 | 0 | 0 | 19.4 | 78 |
| Изделие бисквитное (Мини Маффины, 1 шт) | 029 | 1.3 | 5.51 | 14.79 | 113 |
| Итого по меню Комплекс №7 | 105-44 | 20 | 36 | 124 | 922 |

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____