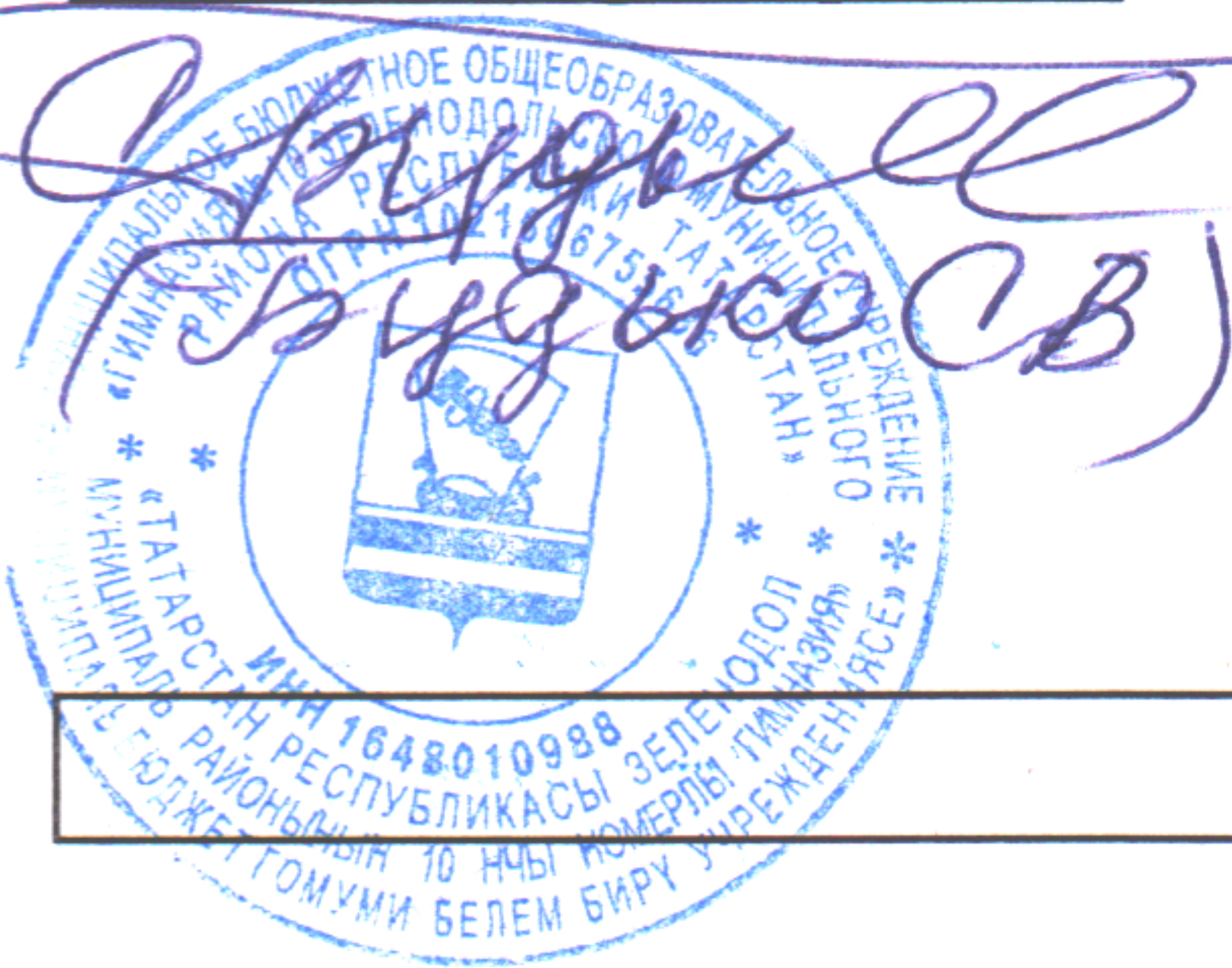


Согласовано: Директор школы



Утверждаю
Директор ООО "СОП" Евстигнеева С.А.



МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 19 ноября 2024 г.

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

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

| | | | | | |
|-------------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Свекла отварная порционно | 060 | 0.65 | 0.05 | 4.53 | 18 |
| Плов из филе цыплят | 200 | 12.86 | 11.29 | 43.02 | 305 |
| Чай полусладкий с курагой, 200/10/7 | 217 | 0.56 | 0.07 | 13.59 | 54 |
| Хлеб (порциями) | 038 | 2.09 | 0.38 | 17.1 | 118 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 66-76 | 16 | 12 | 78 | 495 |

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Цыплята отварные (голень) | 110 | 22.86 | 16.83 | 3.97 | 275 |
| Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый конс.припущенный, 200/10 | 210 | 7.24 | 6.41 | 43.17 | 253 |
| Напиток апельсиновый | 200 | 0.18 | 0.04 | 16.59 | 68 |
| Хлеб (порциями) | 030 | 1.65 | 0.3 | 13.5 | 93 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 81-20 | 32 | 24 | 77 | 689 |

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Цыплята отварные (голень) | 110 | 22.86 | 16.83 | 3.97 | 275 |
| Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый конс.припущенный, 200/10 | 210 | 7.24 | 6.41 | 43.17 | 253 |
| Напиток апельсиновый | 200 | 0.18 | 0.04 | 16.59 | 68 |
| Хлеб (порциями) | 030 | 1.65 | 0.3 | 13.5 | 93 |
| Скидка | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 70-34 | 32 | 24 | 77 | 689 |

Меню: Комплекс №5

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

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша пшеничная вязкая | 130 | 3.58 | 4.16 | 21.06 | 135 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 0 | 0 | 9.98 | 40 |
| Батон | 015 | 1.08 | 0.37 | 7.22 | 37 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 9-20 | 5 | 5 | 38 | 212 |

Меню: Комплекс №6

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

| | | | | | |
|-------------------------------------|-----|-------|-------|-------|-----|
| Свекла отварная порционно | 060 | 0.65 | 0.05 | 4.53 | 18 |
| Плов из филе цыплят | 200 | 12.86 | 11.29 | 43.02 | 305 |
| Чай полусладкий с курагой, 200/10/7 | 217 | 0.56 | 0.07 | 13.59 | 54 |
| Хлеб (порциями) | 038 | 2.09 | 0.38 | 17.1 | 118 |

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

| | | | | | |
|--|---------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 250 | 1.85 | 5.57 | 8.03 | 94 |
| Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5 | 220 | 0.24 | 0.05 | 15.16 | 58 |
| Хлеб (порциями) | 022 | 1.21 | 0.22 | 9.9 | 68 |
| Печенье сахарное (Коломенское, 1 шт) | 030 | 2.14 | 4.51 | 19.32 | 126 |
| Итого по меню Комплекс №6 | 105-44 | 22 | 22 | 131 | 841 |

Меню: Комплекс №7

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

| | | | | | |
|--|-----|-------|-------|-------|-----|
| Цыплята отварные (голень) | 110 | 22.86 | 16.83 | 3.97 | 275 |
| Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый конс.припущенный, 200/10 | 210 | 7.24 | 6.41 | 43.17 | 253 |
| Напиток апельсиновый | 200 | 0.18 | 0.04 | 16.59 | 68 |
| Хлеб (порциями) | 030 | 1.65 | 0.3 | 13.5 | 93 |

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

| | | | | | |
|--|---------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 250 | 1.85 | 5.57 | 8.03 | 94 |
| Чай полусладкий с курагой, 200/10/7 | 217 | 0.56 | 0.07 | 13.59 | 54 |
| Хлеб (порциями) | 032 | 1.76 | 0.32 | 14.4 | 99 |
| Итого по меню Комплекс №7 | 105-44 | 36 | 30 | 113 | 936 |

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____