

Согласовано: Директор школы



Утверждаю  
Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.



# МЕНЮ

## Столовая гимназии №10

### на 19 Декабря 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	031	1.7	0.31	13.95	96
Печенье формовое (1 шт)	015	1.09	2.7	10.42	70
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>66-76</b>	<b>20</b>	<b>19</b>	<b>73</b>	<b>586</b>

#### Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи свежие огурцы порционно, 215/40	255	16.43	16.93	21.28	304
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	041	2.25	0.41	18.45	127
Пряник (Северные или Зарченские, 1 шт)	039	2.14	1.95	30.42	148
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>81-20</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>85</b>	<b>636</b>

#### Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи свежие огурцы порционно, 215/40	255	16.43	16.93	21.28	304
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	041	2.25	0.41	18.45	127
Пряник (Северные или Зарченские, 1 шт)	039	2.14	1.95	30.42	148
Скидка		0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>70-34</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>85</b>	<b>636</b>

#### Меню: Комплекс №5

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

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	4.43	19.04	131
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	012	0.86	0.29	5.78	30
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>9-20</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>35</b>	<b>201</b>

#### Меню: Комплекс №6

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	031	1.7	0.31	13.95	96
Печенье формовое (1 шт)	015	1.09	2.7	10.42	70

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

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/	250	2.23	5.69	19.88	131
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>105-44</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>150</b>	<b>1007</b>

#### Меню: Комплекс №7

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

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи свежие огурцы порционно, 215/40	255	16.43	16.93	21.28	304
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб (порциями)	041	2.25	0.41	18.45	127
Пряник (Северные или Зарченские, 1 шт)	039	2.14	1.95	30.42	148

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

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/	250	2.23	5.69	19.88	131
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб (порциями)	037	2.03	0.37	16.65	115.23
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>	<b>105-44</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>132</b>	<b>922</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_