



МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 19 Декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Салат из квашеной капусты	060	0.95	3.05	4.61	49
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12.07	13.32	12.02	219
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77
Итого по меню Комплекс №1	55-55	22	22	84	617

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние с соусом (90/10)	100	12.49	14.97	7.66	218
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном, с пряником (200/7/40/шт) ("Зареченский")	247	2.46	2.06	46.42	211
Хлеб целебный ржаной	027	1.92	0.32	13.77	59
Итого по меню Комплекс №2	71-64	22	24	94	677

Меню: Комплекс №3

Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №3	87-32	0	0	0	0

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Салат из квашеной капусты	060	0.95	3.05	4.61	49
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12.07	13.32	12.02	219
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70
Пирожки печёные с повидлом	075	4.2	1.69	42.79	204
Итого по меню Комплекс №4	63-74	26	24	127	814

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
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	42	228

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБ

Завтрак

Салат из квашеной капусты	060	0.95	3.05	4.61	49
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12.07	13.32	12.02	219
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	033	2.37	0.81	15.88	83
Хачапури с сыром школьное	075	7.53	8.35	26.02	213
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБ	95-55	37	36	148	1133

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____