



МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 20 Января 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/10	190	8.1	11.61	36.94	283
Напиток витаминный	200	0	0	19.4	78
Хлеб Сельский	028	1.54	0.28	12.6	87
Манник домашний с сахарной пудрой, 100/3	103	6.08	12.3	52.53	355
Итого по меню Комплекс №1	66-76	16	24	121	803

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным 106/2 шт/20	126	11.83	25.7	3.02	291
Каша пшеничная вязкая	180	4.96	5.77	29.15	187
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб Сельский	025	1.37	0.25	11.25	77
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №2	81-20	22	33	86	755

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным 106/2 шт/20	126	11.83	25.7	3.02	291
Каша пшеничная вязкая	180	4.96	5.77	29.15	187
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб Сельский	025	1.37	0.25	11.25	77
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	70-34	22	33	86	755

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	018	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5	9-20	5	4	40	210

Меню: Комплекс №6 (по желанию)

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

Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/10	190	8.1	11.61	36.94	283
Напиток витаминный	200	0	0	19.4	78
Хлеб Сельский	024	1.32	0.24	10.8	74
Манник домашний с сахарной пудрой, 100/2	102	6.08	12.3	52.53	352

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

Сок в ассортименте	200	1	0	18.2	76
Конфета вафельная в шоколадной глазури (1 шт)	039	2.34	11.04	24.69	208
Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)	105-44	19	35	163	1071

Меню: Комплекс №7

Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным 106/2 шт/20	126	11.83	25.7	3.02	291
Каша пшеничная вязкая	180	4.96	5.77	29.15	187
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб Сельский	032	1.76	0.32	14.4	99
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141

Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Напиток витаминный	200	0	0	19.4	78
Конфета вафельная в шоколадной глазури (1 шт)	039	2.34	11.04	24.69	208
Итого по меню Комплекс №7	105-44	25	44	133	1063

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____