

**МЕНЮ****Столовая гимназии №10**

на 20 Мая 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс**

Цыплята запеченные (голень)	110	27.44	21.54	1.09	333.3
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.8	31.93	187.5
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	<u>35</u>	<u>27</u>	<u>62</u>	<u>653</u>

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак 5-11 классы**

Овощи соленые (огурцы) порционнно	010	0.08	0.01	0.17	1.5
Сосиски отварные	104/2 шт.	11.44	24.86	1.66	276.64
Пюре картофельное	170	3.51	6.19	20.7	165.28
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	<u>18</u>	<u>32</u>	<u>53</u>	<u>580</u>

Меню: Комплекс №4**Учащиеся из многодетных семей**

Овощи соленые (огурцы) порционнно	010	0.08	0.01	0.17	1.5
Цыплята запеченные (голень)	110	27.44	21.54	1.09	333.3
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	224.4
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Булочка ванильная	045	3.37	3.65	24.05	143.1
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	<u>39</u>	<u>31</u>	<u>94</u>	<u>825</u>

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118.3
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>40</u>	<u>219</u>

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

32