

ООО "СОП"

Утверждено
 Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"
 Вудько С.В.

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**

на 20 Мая 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Бутерброд с сыром, 30/30	060	9.45	8.22	15.24	178
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	5.43	3.37	32.69	183
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	52
Итого по меню Комплекс №1	64-19	15	12	74	475

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Филе куриное с тушёными овощами, 60/15/15	090	15.06	21.28	4.47	267
Макаронные изделия отварные	200	6.94	6.39	42.58	250
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	054	3.9	1.33	25.99	135
Печенье формовое (1 шт.)	011	0.8	1.98	7.64	52
Итого по меню Комплекс №2	75-80	27	31	96	761

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	5.43	3.37	32.69	183
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	041	3.24	0.33	20.83	99
Пицца детская с сосисками	100	10.07	11.89	27.71	260
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	52
Итого по меню Комплекс №4	67-63	19	16	107	656

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	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Бутерброд с сыром, 30/30	060	9.45	8.22	15.24	178
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	5.43	3.37	32.69	183
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	52

Завтрак2

Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Пицца детская с сосисками	080	8.04	9.51	22.17	209
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	24	22	130	811

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____