



Меню

Столовая гимназии №10 на 21 Ноября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60
Итого по меню Комплекс №1	55-55	20	18	72	529

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) ("Зареченские")	247	2.46	2.06	46.42	211
Хлеб целебный ржаной	027	1.91	0.33	13.77	59.62
Итого по меню Комплекс №2	71-64	22	24	94	678

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	035	0.25	0.04	0.68	4
Биточки "Дружба"	080	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Пирожки печёные с повидлом	075	4.2	1.69	42.79	204
Итого по меню Комплекс №4	63-74	24	20	119	750

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60

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 М	95-55	35	32	136	1045

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____