ООО "СОП"

Утверждаю
Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"
_____ Будько С.В.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 23 Мая 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Меню: Комплекс №1					
Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов					
Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	030	2.37	0.25	15.25	72.27
Печенье формовое (1 шт.)	011	0.8	1.98	7.64	52
Итого по меню Комплекс №1	**64-19**	**15**	**24**	**50**	**557**
Меню: Комплекс №2					
Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов					
Биточки рыбные с соусом красным основным, 80/20	100	10.08	5.52	13.15	146
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Печенье бисквитное (Лотте Чокопай, 1 шт.)	028	1.12	5.04	18.2	123
Итого по меню Комплекс №2	**75-80**	**18**	**17**	**86**	**588**
Меню: Комплекс №4					
Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей					
Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Батон	032	2.31	0.79	15.4	80
Печенье бисквитное (Лотте Чокопай, 1 шт.)	028	1.12	5.04	18.2	123
Итого по меню Комплекс №4	**67-63**	**16**	**28**	**76**	**617**
Меню: Комплекс №5					
Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (дотац. 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					
Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	022	1.74	0.18	11.18	53
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141
Обед					
Суп картофельный "Рисовое зернышко" (с зеленью)	250/2	2.02	2.75	19.71	103
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	036	2.85	0.29	18.29	86.62
Перемяч печёный с мясом птицы	085	8.34	8.1	22.38	194.44
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	**101-38**	**31**	**35**	**141**	**1070**

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____