



**МЕНЮ**  
**Столовая гимназии №10**  
**на 24 Января 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	180	4.96	5.77	29.15	187
Чай с сахаром и лимоном, с кондитерским изделием, 200/7/30/1 шт. (Конфета вафельная в шоколадной глазури)	237	2.06	8.55	34.26	219
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>17</b>	<b>32</b>	<b>80</b>	<b>670</b>

**Меню: Комплекс №2**

*Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов*

Биточки рыбные	100	12.27	6.56	14.85	171
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром с кондитерским изделием, 200/33/1 шт. (Мини Маффины)	233	1.52	4.34	32.5	172
Хлеб белый	044	3.48	0.35	22.35	106
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>21</b>	<b>18</b>	<b>92</b>	<b>624</b>

**Меню: Комплекс №3**

*Меню свободного выбора для учащихся старших классов*

Обед	шт.	0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №3</b>	<b>92-80</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**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	027	1.95	0.66	12.99	68
Рогалик с вареным сгущенным молоком	070	6.44	8.33	41.11	270
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>21</b>	<b>31</b>	<b>96</b>	<b>762</b>

**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
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>39</b>	<b>203</b>

**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	180	4.96	5.77	29.15	187
Чай с сахаром и лимоном, с кондитерским изделием, 200/7/30/1 шт. (Конфета вафельная в шоколадной глазури)	237	2.06	8.55	34.26	219
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75

**Обед**

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77
Перемяч печёный с мясом птицы	080	7.85	7.62	21.06	183
<b>Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ</b>	<b>101-38</b>	<b>30</b>	<b>45</b>	<b>141</b>	<b>1083</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

*Кур*  
*Хорош*