

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 24 Мая 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	010	0.07	0.01	0.19	1
Биточки рыбные (из сайды)	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	028	2.21	0.22	14.22	68.13
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	16	11	60	411

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

Фрикадельки из цыплят	100	14.88	22.69	7.41	293
Рис отварной	185	4.52	7.46	41.9	263.11
Напиток апельсиновый с печеньем ("Ёжики")	220	1.25	2.83	26.25	146.3
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	23	33	91	768

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

Биточки рыбные (из сайды)	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	180	3.71	6.54	21.91	175.2
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Булочка российская	065	4.43	5.42	36.32	212.33
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	20	18	101	649

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша рисовая вязкая	100	1.49	3.1	15.07	95
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	3	4	35	183

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

С.В.