

ООО "СОП"



Утверждаю

Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"

Будько С.В.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 27 Мая 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо отварное, 180/5/48/1 шт.	233	11.21	12.92	37.76	310
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Корж Молочный (1 шт.)	060	3.84	6.66	38.58	228.8
Итого по меню Комплекс №1	64-19	17	20	120	721

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Цыплята запеч. (четвертинки)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	190	6.6	6.08	40.45	238
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	044	3.17	1.08	21.17	110
Печенье песочное (Царское, 1 шт.)	015	0.97	4.5	8.55	78
Итого по меню Комплекс №2	75-80	38	33	86	817

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/10	190	5.26	11.53	37.47	273
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	024	1.73	0.59	11.55	60
Манник домашний с повидлом, 110/10	120	6.74	13.54	64.12	403
Итого по меню Комплекс №4	67-63	14	26	147	868

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

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/5	185	5.23	7.4	37.43	236
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3	113	6.7	13.54	60.55	390

Завтрак I

Йогурт питьевой	200	6	6	22	160
Булочка Домашняя	055	3.88	7.1	30.81	205
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	25	34	201	1198

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____