

МЕНЮ

Столовая гимназии №10
 на 27 ноября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый конс. припущенный	150/15	5.66	4.82	32.8	192
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	035	1.92	0.35	15.75	108
Итого по меню Комплекс №1	64-19	17	16	74	537

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи соленые (огурцы) порционно, 180/10	190	5.49	6.65	26.72	190
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб целебный ржаной	037	2.5	0.41	17.36	75
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт)	020	1.42	4.52	8.62	99
Итого по меню Комплекс №2	75-80	23	28	72	634

Меню: Комплекс №4Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с зеленым горошком консерв., припущенным, 170/20	190	6.51	5.47	37.37	220
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб Сельский	027	1.48	0.27	12.15	84
Итого по меню Комплекс №4	67-63	18	17	75	543

Меню: Комплекс №5Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Каша овсяная вязкая	120	3.17	5.24	14.24	118
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	022	1.59	0.54	10.59	55
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	6	35	213

Меню: Комплекс №6Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый конс. припущенный	150/15	5.66	4.82	32.8	192
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	035	1.92	0.35	15.75	108

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	029	2.06	0.35	14.79	64
Хачапури с сыром школьное	085	8.56	9.45	29.48	242
Итого по меню Комплекс №6	101-38	34	30	155	1042

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____