

Согласована: Директор школы

Утверждено

Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.



МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 27 Декабря 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	025	1.37	0.25	11.25	77
Итого по меню Комплекс №1	66-76	20	22	66	560

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Итого по меню Комплекс №2	81-20	21	26	74	646

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	70-34	21	26	74	646

Меню: Комплекс №5

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	9-20	4	5	38	208

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание учащихся 1-4 кл с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб (порциями)	030	1.65	0.3	13.5	93

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОБЗ и МОБ - ОБЕД

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	038	2.09	0.38	17.1	118
Печенье сдобное (Домашнее, 1 шт)	037	2.92	7.4	23.12	171
Итого по меню Комплекс №6	105-44	28	35	134	1029

Меню: Комплекс №7

Двухразовое питание учащихся 5-11 кл с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87

Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОБЗ и МОБ - ОБЕД

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
Итого по меню Комплекс №7	105-44	25	32	118	934

Зав. производством:

Калькулятор: