



## Столовая гимназии №10

на 28 Января 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

#### Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Биточки "Батыр"	080	12.55	11.96	8.77	192
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>55-55</b>	<b>20</b>	<b>18</b>	<b>61</b>	<b>480</b>

### Меню: Комплекс №2

#### Горячий завтрак 5-11 классы

Кнели из говядины	090	13.91	10.4	5.01	168
Пюре картофельное с маслом	180/3	3.73	8.67	21.95	194
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>71-64</b>	<b>20</b>	<b>19</b>	<b>57</b>	<b>485</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Учащиеся из многодетных семей

Биточки "Батыр"	080	12.55	11.96	8.77	192
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189.6
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Пирожки печеные с картофелем	070	4.07	4.14	32.62	182.93
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>63-74</b>	<b>24</b>	<b>23</b>	<b>98</b>	<b>689</b>

### Меню: Комплекс №5

#### Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая	150	4.14	4.8	24.29	156
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-30</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>49</b>	<b>263</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_