

**МЕНЮ****Столовая гимназии №10**

на 30 Января 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Сосиски для детского питания отварные с соусом сметанным, 80/10	090	8.98	19.85	2.11	223
Каша пшеничная вязкая	150	4.14	4.8	24.29	156
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>66-76</b>	<b>19</b>	<b>26</b>	<b>79</b>	<b>626</b>

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

Биточки "Дружба" с соусом сметанным, 80/20	100	12.34	14.54	12.98	234
Макаронные изделия отварные	200	6.94	6.39	42.59	249
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб Сельский	025	1.37	0.25	11.25	77
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>81-20</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>110</b>	<b>758</b>

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

Биточки "Дружба" с соусом сметанным, 80/20	100	12.34	14.54	12.98	234
Макаронные изделия отварные	200	6.94	6.39	42.59	249
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб Сельский	025	1.37	0.25	11.25	77
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144
Скидка		0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>70-34</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>110</b>	<b>758</b>

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

Каша пшеничная вязкая	130	3.58	4.16	21.06	135
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>9-20</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>41</b>	<b>225</b>

**Меню: Комплекс №6 (по желанию)****Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Сосиски для детского питания отварные с соусом сметанным, 80/10	090	8.98	19.85	2.11	223
Каша пшеничная вязкая	150	4.14	4.8	24.29	156
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141

**Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК2**

Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Пряник в индивидуальной упаковке	040	2.04	2.08	29.48	144
Десерт фруктовый (мандарин)	080	0.64	0.16	6	30
<b>Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)</b>	<b>105-44</b>	<b>23</b>	<b>29</b>	<b>133</b>	<b>876</b>

**Меню: Комплекс №7****Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Биточки "Дружба" с соусом сметанным, 80/20	100	12.34	14.54	12.98	234
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб Сельский	029	1.59	0.29	13.05	90
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт)	040	2.04	2.08	29.48	144

**Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОБЗ и МОБ - ОБЕД**

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	220	1.63	4.91	7.06	84
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб целебный ржаной	029	2.06	0.35	14.79	64
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>	<b>105-44</b>	<b>31</b>	<b>30</b>	<b>172</b>	<b>1098</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_