

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**
на 01 Апреля 2021 г.

| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

Меню: Комплекс №1**Бесплатное горячее питание 1-4 классы**

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Котлеты "Любительские" | 090 | 13.65 | 11.8 | 11.98 | 223 |
| Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным | 150/5 | 4.36 | 6.85 | 31.19 | 203 |
| Напиток витаминный | 200 | 0 | 0 | 0 | 78 |
| Батон | 035 | 2.52 | 0.85 | 16.83 | 87.5 |
| Булочка с маком | 050 | 3.93 | 1.58 | 27 | 141 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 53-41 | 24 | 21 | 87 | 732 |

Меню: Комплекс №1а**дети из многодетных семей**

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Котлеты "Любительские" | 090 | 13.65 | 11.8 | 11.98 | 223 |
| Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным | 150/5 | 4.36 | 6.85 | 31.19 | 203 |
| Сыр порционнo | 015 | 3.54 | 3.99 | 0 | 52 |
| Напиток витаминный | 200 | 0 | 0 | 0 | 78 |
| Хлеб целебный ржаной | 027 | 1.92 | 0.32 | 13.77 | 59.4 |
| Итого по меню Комплекс №1а | 61-31 | 23 | 23 | 57 | 615 |

Меню: Комплекс №2**Завтрак 5-11 классы**

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Гуляш из говядины | 100 | 14.75 | 13.14 | 3.3 | 191 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6.26 | 5.74 | 38.32 | 225 |
| Чай с сахаром и печеньем (школьная шпаргалка) | 200/1шт | 1.95 | 4.02 | 31.66 | 166 |
| Батон | 035 | 2.52 | 0.85 | 16.83 | 87.5 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 67-20 | 25 | 24 | 90 | 669 |

Меню: Комплекс №3**Обед**

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной | 250 | 1.84 | 5.48 | 10.52 | 109 |
| Оладьи из печени "Антошка" | 100 | 19.9 | 18.58 | 14.04 | 305 |
| Каша пшеничная вязкая | 180 | 4.95 | 5.78 | 29.16 | 187.2 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Батон | 032 | 2.3 | 0.78 | 15.39 | 80 |
| Булочка с маком | 050 | 3.93 | 1.58 | 27 | 141 |
| Итого по меню Комплекс №3 | 67-20 | 33 | 32 | 111 | 879 |

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша рисовая вязкая молочная | 100 | 2.89 | 1.82 | 20.77 | 111 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Батон | 015 | 1.08 | 0.36 | 7.21 | 37.5 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 8-00 | 4 | 2 | 43 | 205 |

Меню: Комплекс №7**Меню свободного выбора для учащихся старших классов**

| | | | | | |
|----------------------------------|--------------|----------|----------|----------|----------|
| Обед | шт. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого по меню Комплекс №7 | 81-85 | 0 | 0 | 0 | 0 |

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____