

**МЕНЮ**
**Столовая гимназии №10
на 03 Сентября 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	160/5	6.72	7.48	35.03	230.4
Сыр порционно	025	5.9	6.65	0	87.5
Компот из ягод (компотная смесь)	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90.03
Десерт фруктовый (мандарины)	110	0.88	0.22	8.25	41.8
Итого по меню Комплекс №1	53-41	17	15	79	516

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	160/5	6.72	7.48	35.03	230.4
Сыр порционно	025	5.9	6.65	0	87.5
Компот из ягод (компотная смесь)	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	036	2.84	0.29	18.29	87.6
Рулет с маком	075	5.53	11.01	38.13	274.5
Десерт фруктовый (мандарины)	110	0.88	0.22	8.25	41.8
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	22	26	116	788

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	030	0.21	0.03	0.58	3
Печень по-строгановски	50/50	13.29	11.78	3.95	171
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром с лимоном, вафлями ("Милки-лакомки")	200/7/2шт	1.1	1.05	38.41	165
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №2	67-20	23	19	96	637

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Каша пшеничная вязкая молочная	100	4.18	1.92	21.86	120
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	2	46	227

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____