



**МЕНЮ**  
**Столовая гимназии №10**  
**на 04 Сентября 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

**Бесплатное горячее питание 1-4 классы**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150/5	4.95	7.18	29.73	202
Творожок в промышленной упаковке	100/1шт	9.08	5	4	97
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Булочка бутербродная	045	4.59	2.97	27.17	156.6
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>19</b>	<b>16</b>	<b>76</b>	<b>518</b>

**Меню: Комплекс №1а**

**дети из многодетных семей**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150/5	4.95	7.18	29.73	202
Творожок в промышленной упаковке	100/1шт	9.08	5	4	97
Кофейный напиток с пряником ("заречинский")	200/2шт	4.12	4.15	45.28	230
Батон	027	1.94	0.66	12.99	67.5
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>92</b>	<b>596</b>

**Меню: Комплекс №2**

**Завтрак 5-11 классы**

Филе куриное с тушёными овощами	070/10/10	18.55	23.56	3.15	296.8
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном	200/4	0.24	0.05	15.13	58
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85.17
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>27</b>	<b>31</b>	<b>63</b>	<b>629</b>

**Меню: Комплекс №4**

**Дополнительное питание**

Каша молочная "Дружба"	100	3.28	2.04	19.8	111
Чай с сахаром	180	0.18	0.04	13.51	51.3
Батон	015	1.08	0.37	7.21	37.5
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>41</b>	<b>200</b>

Зав.производством: Курт

Калькулятор: Собз