



МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 06 Апреля 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Колбаса отварная (таврия)	090	11.52	19.98	1.35	231
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	168.53
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Батон	022	1.58	0.54	10.58	55
Хлеб целебный	020	1.17	0.19	8.88	44
Итого по меню Комплекс №1	53-41	20	27	60	561

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Колбаса отварная (таврия)	090	11.52	19.98	1.35	231
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	168.53
Кофейный напиток с вафлями ("ванильными")	200/2шт	1.78	6.34	27.59	168
Батон	024	1.73	0.58	11.54	60
Хлеб целебный	020	1.17	0.19	8.88	44
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	21	33	73	672

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Гуляш из говядины	50/50	14.75	13.14	3.3	191
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
Сдоба выборгская	050	3.35	2.28	28.53	151
Итого по меню Комплекс №2	67-20	27	22	101	704

Меню: Комплекс №3

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Сосиски отварные (переменка)	100/2 шт.	11	23.9	1.6	266
Рис отварной	180	4.75	7.86	44.17	277
Напиток из сока с печеньем ("к кофе")	200/1шт	1.21	2.53	28.59	152
Батон	036	2.59	0.88	17.32	90
Итого по меню Комплекс №3	67-20	21	41	100	879

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша гречневая вязкая	100	3.01	3.69	14.76	105
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	022	1.58	0.54	10.59	55.48
Итого по меню Комплекс №4	8-00	5	4	40	217

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: _____