



Столловая гимназии №10 на 08 Февраля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Котлеты "Крепыш"	090	14.91	16.16	12.47	254
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	168.53
Чай с сахаром и кондитерским изделием без крема (печенье "к кофе")	200/шт.	3.4	8.49	49.26	282
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60.83
Итого по меню Комплекс №1	53-41	25	31	98	765

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

Котлеты "Крепыш"	090	14.91	16.16	12.47	254
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	168.53
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	029	2.19	0.75	15.12	77.33
Рогалик с изюмом	075	4.96	5.11	44.96	246
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	27	28	111	803

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

Фрикадельки домашние	100	13.88	16.63	8.47	242
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный	028	1.64	0.26	12.43	61.6
Рогалик с изюмом	075	4.96	5.11	44.96	246
Итого по меню Комплекс №2	67-20	26	29	108	798

Меню: Комплекс №3**Обед**

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Сосиски отварные	100/2 шт.	11	23.9	1.6	266
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный	030	1.76	0.28	13.32	66
Пирожки печёные с курагой	075	4.82	1.69	39.22	193
Итого по меню Комплекс №3	67-20	29	36	130	951

Меню: Комплекс №4**Дополнительное питание**

Макаронные изделия отварные	120	4.18	3.83	25.55	150
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	020	1.52	0.52	10.46	53
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	4	51	260

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: _____