

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 09 Марта 2021 г.**

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

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

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Котлеты "Крепыш" соусом красным основным | 090 | 13.4 | 15.17 | 11.87 | 240 |
| Каша гречневая вязкая | 160 | 4.81 | 5.9 | 23.61 | 168.53 |
| Чай с сахаром и печеньем ("школьная шпаргалка") | 200/шт | 1.95 | 4.02 | 31.66 | 166 |
| Хлеб целебный ржаной | 031 | 2.2 | 0.37 | 15.81 | 68.2 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 53-41 | 22 | 25 | 83 | 643 |

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

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Котлеты "Крепыш" соусом красным основным | 090 | 13.4 | 15.17 | 11.87 | 240 |
| Каша гречневая вязкая | 160 | 4.81 | 5.9 | 23.61 | 168.53 |
| Чай с сахаром с лимоном | 200/7 | 0.26 | 0.06 | 15.22 | 59 |
| Хлеб белый | 028 | 2.21 | 0.22 | 14.22 | 67.76 |
| Рогалик с изюмом | 075 | 4.96 | 5.11 | 44.96 | 246 |
| Итого по меню Комплекс №1а | 61-31 | 26 | 26 | 110 | 781 |

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 белый | 027 | 2.13 | 0.22 | 13.72 | 65.7 |
| Рогалик с изюмом | 075 | 4.96 | 5.11 | 44.96 | 246 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 67-20 | 27 | 29 | 109 | 802 |

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 | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб целебный | 033 | 1.94 | 0.31 | 14.65 | 72.6 |
| Булочка "Творожная" | 050 | 5.83 | 4.35 | 24.32 | 162 |
| Итого по меню Комплекс №3 | 67-20 | 30 | 39 | 116 | 925 |

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Макаронные изделия отварные | 115 | 3.99 | 3.67 | 24.48 | 143.37 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Батон | 023 | 1.66 | 0.56 | 11.06 | 57.5 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 8-00 | 6 | 4 | 51 | 258 |

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: _____