

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**

на 15 Апрель 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Котлеты "Любительские"	090	13.65	11.8	11.98	223
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	4.36	6.85	31.19	203
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	035	2.52	0.85	16.83	87.5
Булочка с маком	050	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №1	53-41	24	21	87	732

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

Котлеты "Любительские"	090	13.65	11.8	11.98	223
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	4.36	6.85	31.19	203
Сыр порционно	015	3.54	3.99	0	52
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	026	1.85	0.31	13.26	57.2
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	23	23	56	613

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

Гуляш из говядины	100	14.75	13.14	3.3	191
Макаронные изделия отварные	180	6.26	5.74	38.32	225
Чай с сахаром и печеньем ("школьная шпаргалка")	200/шт	1.95	4.02	31.66	166
Батон	035	2.52	0.85	16.83	87.5
Итого по меню Комплекс №2	67-20	25	24	90	669

Меню: Комплекс №3**Обед**

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Оладьи из печени "Антошка"	100	19.9	18.58	14.04	305
Каша пшеничная вязкая	180	4.95	5.78	29.16	187.2
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Итого по меню Комплекс №3	67-20	29	30	84	724

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Каша рисовая вязкая молочная	100	2.89	1.82	20.77	111
Чай с сахаром	190	0.19	0.05	14.26	54.15
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №4	8-00	4	2	43	205

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: _____

Соб