



Гимназия №10 ЗМР РТ
Будько С.В.

МЕНЮ
Столовая гимназии №10
на 18 февраля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Икра свекольная	030	0.57	2.23	3.4	35
Кнели из цыплят	090	12.86	12.78	6.2	205.87
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Батон	024	1.73	0.59	11.54	60
Итого по меню Комплекс №1	53-41	19	21	55	506

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Капуста квашеная	030	0.48	1.52	2.3	25
Кнели из цыплят	090	12.86	12.78	6.2	205.87
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70.57
Кекс майский	050	3.28	4.94	25.8	161.5
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	23	26	86	697

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Биточки "Куручка Ряба"	100	19.24	16.12	7.02	267
Каша гречневая рассыпчатая	180	10.3	7.94	50.67	318.6
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный	024	1.41	0.22	10.66	52.8
Кекс майский	050	3.28	4.94	25.8	161.5
Итого по меню Комплекс №2	67-20	35	30	110	862

Меню: Комплекс №3

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Плов из говядины	220	15.98	16.58	42.87	395
Компот из ягод (комп. смесь)	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №3	67-20	20	22	85	643

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша ячневая вязкая молочная	110	3.9	2.08	21.41	117.7
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	3	51	250

Меню: Комплекс №7

Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	ит.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №7	81-85	0	0	0	0

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____