

МЕНЮ**Столовая гимназии №10**
на 21 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	170/10	5.63	10.49	33.73	251.6
Сыр порционно	025	5.9	6.65	0	86.67
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77.87
Десерт фруктовый (яблоко)	100	0.4	0.4	9.8	45
Итого по меню Комплекс №1	53-41	18	22	80	588

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

Сосиски отварные (переменка)	050/шт	5.5	11.95	0.8	133
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	170/10	5.63	10.49	33.73	251.6
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Рулет с маком	055	4.06	8.07	27.96	201.3
Десерт фруктовый (яблоко)	100	0.4	0.4	9.8	45
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	22	35	108	831

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

Биточки рыбные (из сайды)	100	12.27	6.56	14.85	171
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Напиток из сока (любимый)	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Шафран с яблоками	075	3.9	7.82	35.14	228
Итого по меню Комплекс №2	67-20	22	21	109	724

Меню: Комплекс №3**Обед**

Суп крестьянский (крупа пшеничная) со сметаной	250	1.92	5.1	11.99	96
Биточки "Дружба"	100	14.99	16.42	14.31	267
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 ржаной	035	2.48	0.42	17.85	77
Булочка "Российская"	060	4.11	4.87	33.45	193.71
Итого по меню Комплекс №3	67-20	30	33	131	918

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Каша молочная "Дружба"	100	3.28	2.04	19.8	111
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	3	45	223

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: 