



Утверждаю
 Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"
 Будько С.В.

МЕНЮ

Столовая гимназии №10 на 23 Января 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	5.23	8.22	37.43	243.6
Творожок детский в упаковке	100/шт	17.3	4	13.7	164
Кофейный напиток с кондитерскими изделиями без крема (печенье "к кофе")	200/шт.	4	8.84	49.62	287
Батон	026	1.97	0.68	13.55	69.33
Итого по меню Комплекс №1	53-41	28	22	114	764

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	5.23	8.22	37.43	243.6
Творожок в промышленной упаковке	100/шт	9.08	5	4	97
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный	028	1.64	0.26	12.43	61.6
Булочка "Творожная"	055	6.41	4.78	26.75	178.2
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	23	19	96	642

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Колбаса отварная	100	12.8	22.2	1.5	257
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	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	33	112	849

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша рисовая вязкая молочная	100	2.89	1.82	20.77	111
Чай с сахаром	180	0.18	0.04	13.51	51.3
Батон	020	1.51	0.52	10.43	53.33
Итого по меню Комплекс №4	8-00	5	2	45	216

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____