



МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 25 Декабря 2020 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Биточки "Дружба"	080	11.87	13.1	10.76	209
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3.13	9	18.31	177
Чай с сахаром, молоком	200	1.6	1.65	17.36	86
Хлеб целебный	035	2.05	0.33	15.54	77
Итого по меню Комплекс №1	51-85	19	24	62	549

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Биточки "Дружба"	080	11.87	13.1	10.76	209
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.67
Хлеб целебный	020	1.17	0.19	8.88	44
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №1а	58-95	24	24	93	704

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Овощи соленые (огурцы) порционнo	020	0.16	0.02	0.34	3
Цыплята отварные (четвертинки)	130	27.44	20.52	1.65	323.82
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Напиток апельсиновый с кондитерским изделием без крема (печенье "Машенька")	200/шт.	2.1	5.1	31.14	200
Хлеб целебный	036	2.11	0.34	15.98	79.2
Итого по меню Комплекс №2	64-60	36	33	71	781

Меню: Комплекс №3

Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Фрикадельки домашние	095	13.19	15.8	8.05	229.9
Рагу из овощей	180	3.57	9.62	18.96	179
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60.83
Хлеб целебный	022	1.29	0.21	9.77	48.4
Итого по меню Комплекс №3	64-60	22	32	85	706

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая молочная	100	4.18	1.92	21.86	120
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	018	1.36	0.47	9.38	48
Итого по меню Комплекс №4	7-70	6	2	46	225

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____