

МЕНЮ**Столовая гимназии №10
на 26 Февраля 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Биточки "Батыр"	090	14.12	13.46	9.87	216
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Булочка бутербродная	040	4.08	2.64	24.15	139.2
Итого по меню Комплекс №1	53-41	23	22	71	570

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

Биточки "Батыр"	090	14.12	13.46	9.87	216
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189.6
Чай с сахаром с лимоном, вафлями ("классические")	200/7/2шт	1.36	1.06	30.82	135
Батон	035	2.52	0.85	16.83	87.5
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	23	22	84	628

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

Кнели из цыплят	100	14.28	14.18	6.88	230
Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)	150/30	4.09	6.5	21.86	175
Компот из сухофруктов (изюма)	200	0.46	0	26.53	105
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Десерт фруктовый (яблоко)	090	0.36	0.36	8.82	40.2
Итого по меню Комплекс №2	67-20	21	22	79	625

Меню: Комплекс №3**Обед**

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Биточки "Дружба"	100	14.99	16.42	14.31	267
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.67
Хлеб целебный	020	1.17	0.19	8.88	44
Итого по меню Комплекс №3	67-20	26	28	107	773

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	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №7	81-85	0	0	0	0

Зав.производством: Калькулятор: 