



Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"

Будько С.В.

# МЕНЮ

## Столовая гимназии №10 на 26 Декабря 2020 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	150/5	4.36	6.85	31.19	203
Творожок детский в упаковке	100/шт	17.3	4	13.7	164
Чай с сахаром с лимоном с кондитерскими изделиями без крема ("к кофе")	200/7/ 1 шт	2.5	5.97	39.19	217
Батон	030	2.27	0.78	15.64	80
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>51-85</b>	<b>26</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>664</b>

### Меню: Комплекс №1а

#### дети из многодетных семей

Колбаса отварная	100	12.8	22.2	1.5	257
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	224.4
Чай с сахаром с лимоном с кондитерскими изделиями без крема ("к кофе")	200/7/ 1 шт	2.5	5.97	39.19	217
Хлеб целебный	034	1.99	0.32	15.1	74.8
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>58-95</b>	<b>24</b>	<b>34</b>	<b>94</b>	<b>773</b>

### Меню: Комплекс №2

#### Завтрак 5-11 классы

Колбаса отварная	100	12.8	22.2	1.5	257
Макаронные изделия отварные с зел. горош.консервир. припущенным	180/6	6.56	5.77	38.91	229
Компот из ягод с кондитерским изделием без крема (клубника, мармелад)	200/шт	0.16	0.04	17.09	67
Хлеб целебный	032	1.88	0.3	14.21	70.4
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>64-60</b>	<b>21</b>	<b>28</b>	<b>72</b>	<b>623</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	031	2.35	0.81	16.16	82.67
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>7-70</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>52</b>	<b>265</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_