ООО "Школьное питание"

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

МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 28 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Меню: Комплекс №1					
Бесплатное горячее питание 1-4 классы					
Котлеты рубленые из говядины	090	13.1	10.71	13.97	204
Макаронные изделия отварные	150	5.22	4.78	31.93	187.5
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70.4
Итого по меню Комплекс №1	**53-41**	**21**	**16**	**96**	**591**
Меню: Комплекс №1а					
дети из многодетных семей					
Овощи свежие (огурцы) порционно	020	0.16	0.03	0.53	2.67
Котлеты рубленые из говядины	090	13.1	10.71	13.97	204
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с пряником ("заречинский")	200/1шт	2.2	2	65.13	281
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.67
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Итого по меню Комплекс №1а	**61-31**	**24**	**18**	**132**	**767**
Меню: Комплекс №2					
Завтрак 5-11 классы					
Колбаса отварная (таврия)	100	12.8	22.2	1.5	257
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	027	1.92	0.32	13.77	59.4
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №2	**67-20**	**25**	**34**	**95**	**791**
Меню: Комплекс №3					
Обед					
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Кнели из цыплят	100	14.28	14.18	6.88	230
Сложный гарнир (картофель отварной, капуста тушёная)	120/60	3.27	5.2	17.49	140
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	037	2.66	0.9	17.8	92.5
Итого по меню Комплекс №3	**67-20**	**23**	**23**	**74**	**640**
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	10.58	55
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: _____