



МЕНЮ

Столовая гимназии №10

на 29 Апрель 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Котлеты "Любительские"	090	13.65	11.8	11.98	223
Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	6.3	7.76	32.33	222
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	035	2.48	0.42	17.85	77
Булочка с маком	050	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №1	53-41	26	22	89	741

Меню: Комплекс №1адети из многодетных семей

Котлеты "Любительские"	090	13.65	11.8	11.98	223
Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	6.3	7.76	32.33	222
Сыр порционнно	015	3.54	3.99	0	52
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	018	1.42	0.14	9.14	43.8
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	26	24	64	663

Меню: Комплекс №2Завтрак 5-11 классы

Гуляш из говядины	100	14.75	13.14	3.3	191
Макаронные изделия отварные	170	5.92	5.42	36.19	212.5
Чай с сахаром и вафлями ("милки-лакомки")	200/шт	1.42	7.47	30.28	190
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №2	67-20	24	27	79	643

Меню: Комплекс №3Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Оладьи из печени	100	17.84	18.39	7.19	265
Каша пшеничная вязкая	180	4.95	5.78	29.16	187.2
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	025	1.77	0.3	12.75	55
Итого по меню Комплекс №3	67-20	27	30	75	673

Меню: Комплекс №4Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая молочная	110	4.6	2.11	24.05	132
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
Итого по меню Комплекс №4	8-00	7	3	51	251

Меню: Комплекс №7Меню 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: _____