



МЕНЮ

Столовая СОШ №16

на 01 Февраля 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Плов с мясом говядины рубленным, 30/150 (фарш)	180	12.5	12.7	40.1	326
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Пряник (Зареченские, 1шт.)	039	2.14	1.95	30.42	148
Итого по меню Комплекс №1	66-76	18	15	105	615

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Салат из квашеной капусты	100	1.6	5.07	7.68	83
Цыплята отварные (голень)	110	22.86	16.83	3.97	275
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	036	1.98	0.36	16.2	112
Итого по меню Комплекс №2	81-20	32	29	69	716

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Салат из квашеной капусты	100	1.6	5.07	7.68	83
Цыплята отварные (голень)	110	22.86	16.83	3.97	275
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	036	1.98	0.36	16.2	112
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	70-34	32	29	69	716

Меню: Комплекс №5

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (домаш. питание)

Каша овсяная вязкая	110	2.9	4.81	13.04	108
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	022	1.59	0.54	10.59	55
Итого по меню Комплекс №5	9-20	4	5	34	203

Меню: Комплекс №6 (по желанию)

Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Плов с мясом говядины рубленным, 30/150 (фарш)	180	12.5	12.7	40.1	326
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	018	1.26	0.18	9.18	40
Пряник (Зареченские, 1шт.)	039	2.14	1.95	30.42	148

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хачапури с сыром школьное	090	9.04	10.01	31.21	254
Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)	105-44	30	29	151	970

Меню: Комплекс №7

Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Салат из квашеной капусты	100	1.6	5.07	7.68	83
Цыплята отварные (голень)	110	22.86	16.83	3.97	275
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	026	1.43	0.26	11.7	81

Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/	200	1.79	4.56	15.89	107
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Пирожки печенье с капустой яйцом	075	3.7	4.52	28.86	170
Итого по меню Комплекс №7	105-44	39	38	134	1077

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____