

МЕНЮ

Столовая СОШ №16

на 08 Февраля 2024 г.



| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

| | | | | | |
|-----------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Гуляши из филе птицы | 100 | 12.84 | 16.24 | 3.76 | 211 |
| Каша гречневая вязкая | 150 | 4.51 | 5.53 | 22.13 | 158 |
| Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5 | 220 | 0.24 | 0.05 | 15.16 | 58 |
| Хлеб Сельский | 032 | 1.76 | 0.32 | 14.4 | 99 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 66-76 | 19 | 22 | 55 | 526 |

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Котлеты "Любительские" с соусом сметанным, 80/20 | 100 | 12.48 | 11.44 | 12.05 | 213 |
| Пюре картофельное | 180 | 3.72 | 6.55 | 21.92 | 175 |
| Кофейный напиток | 200 | 0.24 | 0.19 | 18.82 | 77 |
| Хлеб целебный ржаной | 033 | 2.34 | 0.4 | 16.83 | 72 |
| Булочка ванильная | 050 | 3.75 | 4.06 | 26.72 | 159 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 81-20 | 23 | 23 | 96 | 696 |

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Котлеты "Любительские" с соусом сметанным, 80/20 | 100 | 12.48 | 11.44 | 12.05 | 213 |
| Пюре картофельное | 180 | 3.72 | 6.55 | 21.92 | 175 |
| Кофейный напиток | 200 | 0.24 | 0.19 | 18.82 | 77 |
| Хлеб целебный ржаной | 033 | 2.34 | 0.4 | 16.83 | 72 |
| Булочка ванильная | 050 | 3.75 | 4.06 | 26.72 | 159 |
| Скидка | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 70-34 | 23 | 23 | 96 | 696 |

Меню: Комплекс №5

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

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Макаронные изделия отварные | 100 | 3.48 | 3.19 | 21.29 | 125 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 0 | 0 | 9.98 | 40 |
| Батон | 018 | 1.29 | 0.44 | 8.66 | 45 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 9-20 | 5 | 4 | 40 | 210 |

Меню: Комплекс №6 (по желанию)

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

| | | | | | |
|-----------------------------------|-----|-------|-------|-------|-----|
| Гуляши из филе птицы | 100 | 12.84 | 16.24 | 3.76 | 211 |
| Каша гречневая вязкая | 150 | 4.51 | 5.53 | 22.13 | 158 |
| Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5 | 220 | 0.24 | 0.05 | 15.16 | 58 |
| Хлеб Сельский | 029 | 1.59 | 0.29 | 13.05 | 90 |

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

| | | | | | |
|---|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Сосиска в тесте | 053/50 | 8.73 | 15.83 | 20.69 | 259 |
| Чай с сахаром, 200/15 | 215 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Итого по меню Комплекс №6 (по желанию) | 105-44 | 28 | 38 | 90 | 833 |

Меню: Комплекс №7

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

| | | | | | |
|--|-----|-------|-------|-------|-----|
| Котлеты "Любительские" с соусом сметанным, 80/20 | 100 | 12.48 | 11.44 | 12.05 | 213 |
| Пюре картофельное | 180 | 3.72 | 6.55 | 21.92 | 175 |
| Кофейный напиток | 200 | 0.24 | 0.19 | 18.82 | 77 |
| Хлеб Сельский | 033 | 1.81 | 0.33 | 14.85 | 102 |
| Булочка ванильная | 050 | 3.75 | 4.06 | 26.72 | 159 |

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

| | | | | | |
|---|---------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/, с зеленью, 250/3 | 253 | 2.29 | 5.7 | 20 | 132 |
| Чай с сахаром, 200/15 | 215 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб целебный ржаной | 034 | 2.41 | 0.41 | 17.34 | 74 |
| Итого по меню Комплекс №7 | 105-44 | 27 | 29 | 147 | 989 |

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

Сайфудинов Р.Р.