

МЕНЮ**Столовая СОШ №11**

на 04 Октября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Котлеты "Крепыши" соусом красным основным	80/20	13.4	15.17	11.87	240
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70.57
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>53-41</u>	20	21	64	528

Меню: Комплекс №1а**дети из многодетных семей**

Котлеты "Крепыши" соусом красным основным	80/20	13.4	15.17	11.87	240
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	036	2.84	0.29	18.29	87.12
Рулет с маком	055	4.06	8.07	27.96	201.3
<u>Итого по меню Комплекс №1а</u>	<u>61-31</u>	26	30	100	776

Меню: Комплекс №2**Завтрак 5-11 классы**

Тефтели из говядины (1 вариант)	100	13.2	15.81	13.58	249
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	026	1.85	0.31	13.26	56.68
Булочка "Творожная"	055	6.41	4.78	26.75	178.2
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>67-20</u>	27	28	95	732

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Каша гречневая вязкая	100	3.01	3.69	14.76	105
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	019	1.37	0.47	9.14	47.5
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>8-00</u>	5	4	34	190

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____