

Паракова Е.А.

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 06 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Колбаса отварная	090	11.52	19.98	1.35	231
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.67
Хлеб целебный ржаной	022	1.56	0.26	11.22	48.4
Итого по меню Комплекс №1	53-41	20	26	60	548

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Колбаса отварная	090	11.52	19.98	1.35	231
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный ржаной	036	2.56	0.43	18.36	79.2
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	25	31	82	692

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Гуляш из говядины	100	14.75	13.14	3.3	191
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	026	1.87	0.63	12.51	65
Булочка Домашняя	050	3.52	6.45	27.99	185
Итого по меню Комплекс №2	67-20	27	26	97	723

Меню: Комплекс №3

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Сосиски отварные	100/2 шт.	11	23.9	1.6	266
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток из сока с печеньем ("К кофе")	200/ 1шт	1.21	2.53	28.59	152
Батон	037	2.66	0.9	17.8	92.5
Итого по меню Комплекс №3	67-20	21	40	97	860

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша манная вязкая молочная	110	3.98	2	21.96	122.1
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	3	47	229

Зав. производством:

Калькулятор: