

Нарокова Е.А.

МЕНЮ**Столовая СОШ №11**
на 07 Октября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Котлеты "Любительские"	090	13.65	11.8	11.98	223
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	4.36	6.85	31.19	203
Компот из ягод (компотная смесь)	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60.83
Итого по меню Комплекс №1	53-41	20	19	72	553

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

Котлеты "Любительские"	090	13.65	11.8	11.98	223
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	4.36	6.85	31.19	203
Компот из ягод (компотная смесь)	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	024	1.9	0.19	12.19	58.4
Ватрушка с повидлом	075	4.5	2.37	45.49	219
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	25	21	117	769

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

Овощи свежие (помидоры) порционно	030	0.33	0.06	1.14	7
Плов из филе цыплят	230	17.09	16.11	46.55	382.95
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Батон	027	1.94	0.66	12.99	67.5
Ватрушка с повидлом	075	4.5	2.37	45.49	219
Итого по меню Комплекс №2	67-20	25	20	122	738

Меню: Комплекс №4**Дотационное питание**

Каша пшеничная вязкая	140	3.85	4.49	22.68	145.6
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	024	1.73	0.58	11.54	60
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	5	49	263

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____