

# МЕНЮ

## Столовая СОШ №11

### на 10 Февраля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

##### Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Гуляши из говядины	090	11.91	10.9	3.3	159
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
Батон	034	2.45	0.83	16.35	85
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>86</b>	<b>560</b>

#### Меню: Комплекс №1а

##### дети из многодетных семей

Овощи соленые (огурцы) порционно	015	0.12	0.01	0.25	2.25
Гуляши из говядины	090	11.91	10.9	3.3	159
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
Хлеб целебный ржаной	028	1.99	0.34	14.28	61.6
Булочка российская	060	4.09	5	33.53	196
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>23</b>	<b>21</b>	<b>117</b>	<b>735</b>

#### Меню: Комплекс №2

##### Завтрак 5-11 классы

Шницель рубленый из говядины	100	14.55	11.9	15.55	227
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	040	2.88	0.97	19.24	100
Булочка российская	060	4.09	5	33.53	196
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>26</b>	<b>25</b>	<b>124</b>	<b>836</b>

#### Меню: Комплекс №3

##### Обед

Суп картофельный с лапшой по-домашнему	250	2.52	3.56	16.97	128
Кнели из цыплят	100	14.28	14.18	6.88	230
Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)	130/50	3.52	6.21	16.38	152
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Батон	027	1.94	0.66	12.99	67.5
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
<b>Итого по меню Комплекс №3</b>	<b>67-20</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>85</b>	<b>705</b>

#### 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	022	1.58	0.54	10.58	55
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>48</b>	<b>234</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_