

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 14 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Котлеты рубленые из говядины	090	13.1	10.71	13.97	204
Макаронные изделия отварные	150	5.22	4.78	31.93	187.5
Кисель из концентрата на фруктовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
Хлеб целебный ржаной	031	2.2	0.37	15.81	68.2
Итого по меню Комплекс №1	53-41	21	16	96	589

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Овощи соленые (огурцы) порционно	020	0.16	0.02	0.34	3
Котлеты рубленые из говядины	090	13.1	10.71	13.97	204
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Кисель из концентрата с печеньем	200/шт.	1.6	6.72	37.08	189
Хлеб целебный ржаной	027	1.92	0.32	13.77	59.4
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	22	23	97	642

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Колбаса отварная	100	12.8	22.2	1.5	257
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный	027	1.58	0.25	11.99	59.4
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №2	67-20	25	34	94	791

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	5.66	8.54	26.83	220
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Батон	033	2.38	0.8	15.87	82.5
Итого по меню Комплекс №3	67-20	25	27	88	744

Меню: Комплекс №4

Дополнительное питание

Каша пшеничная вязкая молочная	100	4.18	2.42	21.52	124
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	3	49	243

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____