

**МЕНЮ**
**Столовая СОШ №11**  
**на 14 Сентября 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Филе куриное с тушёными овощами	075	13.25	18.52	3.1	231
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	021	1.66	0.17	10.67	51.1
<b><u>Итого по меню Комплекс №1</u></b>	<b><u>53-41</u></b>	<b>20</b>	<b>24</b>	<b>51</b>	<b>497</b>

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

Филе куриное с тушёными овощами	075	13.25	18.52	3.1	231
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189.6
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85.17
Рулет с маком	050	3.69	7.34	25.42	183
<b><u>Итого по меню Комплекс №1а</u></b>	<b><u>61-31</u></b>	<b>25</b>	<b>33</b>	<b>88</b>	<b>746</b>

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

Котлеты "Крепыш"	100	16.56	18.53	13.42	289
Напиток из сока с печеньем ("Школьная шпаргалка")	200/ 1шт	1.85	4.22	33.44	197
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Хлеб целебный ржаной	033	2.34	0.4	16.83	72.6
<b><u>Итого по меню Комплекс №2</u></b>	<b><u>67-20</u></b>	<b>27</b>	<b>29</b>	<b>102</b>	<b>784</b>

**Меню: Комплекс №4****Дотационное питание**

Каша гречневая вязкая	100	3.01	3.69	14.75	105.33
Чай с сахаром	180	0.18	0.04	13.51	51.3
Батон	015	1.08	0.36	7.21	37.5
<b><u>Итого по меню Комплекс №4</u></b>	<b><u>8-00</u></b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>35</b>	<b>194</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_