

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 16 Февраля 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	023	1.63	0.28	11.73	50.6
Итого по меню Комплекс №1	53-41	20	26	61	550

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	023	1.63	0.28	11.73	50.6
Рогалик с курагой	075	5.21	5.11	42.74	238
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	24	31	93	740

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	029	2.09	0.71	13.95	72.5
Булочка Домашняя	050	3.52	6.45	27.99	185
Итого по меню Комплекс №2	67-20	27	26	99	730

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	200	0.25	0	21.32	84
Батон	036	2.59	0.88	17.32	90
Булочка с кунжутом	040	3.11	1.16	21.57	111.2
Итого по меню Комплекс №3	67-20	23	39	111	901

Меню: Комплекс №4

Дополнительное питание

Каша гречневая вязкая	100	3.01	3.69	14.76	105
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	023	1.66	0.56	11.06	57.5
Итого по меню Комплекс №4	8-00	5	4	41	219

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____