

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 18 Января 2022 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Филе куриное с тушёными овощами	080	21.2	26.93	3.6	339.2
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	55-55	28	33	56	627

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Горошек зелёный консервированный отварной	010	0.31	0.02	0.65	4
Сосиски отварные	100/2 шт.	11	23.9	1.6	266
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Булочка "Маковка"	065	4.93	9.31	34.76	244.4
Итого по меню Комплекс №2	71-64	25	39	112	889

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Филе куриное с тушёными овощами	080	21.2	26.93	3.6	339.2
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Пирожки печеные с капустой яйцом	070	3.45	4.22	26.94	158.67
Итого по меню Комплекс №4	63-74	32	38	87	809

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
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 №5	8-30	5	4	48	244

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____