

МЕНЮ
Столовая СОШ №11
на 11 Февраля 2021г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Котлеты "Любительские"	090	13.65	11.8	11.98	223
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	4.36	6.85	31.19	203
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	028	2.21	0.22	14.22	68,13
Булочка с кунжутом	045	3.5	1.31	24.26	125.1
Итого по меню Комплекс №1	53-41	24	20	82	697

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Котлеты "Любительские"	090	13.65	11.8	11.98	223
Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	4.36	6.85	31.19	203
Сыр порционно	015	3.54	3.99	0	52
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	041	2.95	1	19.72	102.5
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	24	24	63	658

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 и печеньем ("Школьная шпаргалка")	200/ 1шт.	2.12	5.11	29.56	192
Батон	035	2.52	0.85	16.83	87.5
Итого по меню Комплекс №2	67-20	26	25	88	695

Меню: Комплекс №3

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Оладьи из печени "Антошка"	100	19.9	18.58	14.04	305
Каша пшеничная вязкая	180	4.95	5.78	29.16	187.2
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	027	2.13	0.22	13.72	65.7
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Булочка ванильная	050	3.75	4.06	26.72	159
Итого по меню Комплекс №3	67-20	34	34	119	927

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая	100	2.75	3.21	16.2	104
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	022	1.74	0.18	11.18	53.53
Итого по меню Комплекс №4	8-00	5	3	43	217

Зав. производством:

Калькулятор:

(Подпись)