

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 19 Февраля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Котлеты "Крепыш" соусом красным основным	090	13.4	15.17	11.87	240
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Компот из ягод (компотная смесь)	200	0.2	0.08	16.43	66
Батон	033	2.38	0.8	15.87	82.5
Булочка российская	050	3.41	4.17	27.94	163.33
Итого по меню Комплекс №1	53-41	25	25	104	739

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Котлеты "Крепыш" соусом красным основным	090	13.4	15.17	11.87	240
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Компот из ягод (компотная смесь)	200	0.2	0.08	16.43	66
Батон	033	2.38	0.8	15.87	82.5
Десерт фруктовый (яблоко)	130	0.52	0.52	12.74	58.5
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	22	21	89	634

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Цыплята запеч. (четвертинки)	130	32.45	25.46	1.29	394
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб целебный ржаной	037	2.63	0.44	18.87	81.4
Булочка "Маковка"	050	3.79	7.16	26.74	188
Итого по меню Комплекс №2	67-20	45	39	101	950

Меню: Комплекс №3

Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/	250	2.23	5.69	19.88	131
Фрикадельки домашние с соусом красным основным	100	11.25	13.65	7.93	200
Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)	150/30	4.09	6.5	21.86	175
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	023	1.82	0.18	11.68	55.97
Хлеб целебный	030	1.76	0.28	13.32	66
Итого по меню Комплекс №3	67-20	21	26	90	685

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	110	3.83	3.51	23.42	137.5
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	028	2.02	0.68	13.47	70
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	4	52	264

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

