

МЕНЮ
Столовая СОШ №11
на 09 Марта 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
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром с лимоном, вафлями ("Классические")	200/5/1 шт	1.36	1.06	30.82	135
Хлеб целебный ржаной	031	2.2	0.37	15.81	68.2
Итого по меню Комплекс №1	53-41	21	22	81	601

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Капуста квашеная	050	0.79	2.54	3.84	40.83
Котлеты "Крепыш" соусом красным основным	090	13.4	15.17	11.87	240
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром с лимоном и печеньем ("Школьная шпиргалка")	200/7/2 шт	3.46	8.5	49.47	284
Хлеб целебный ржаной	039	2.77	0.47	19.89	85.8
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	25	32	107	809

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние	100	13.88	16.63	8.47	242
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	036	2.56	0.43	18.36	79.2
Рогалик с изюмом	070	4.63	4.77	41.96	229.6
Итого по меню Комплекс №2	67-20	27	29	111	799

Меню: Комплекс №3

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Сосиски отварные	100/2 шт.	11	23.9	1.6	266
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	034	2.41	0.41	17.34	74.8
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №3	67-20	31	39	119	927

Меню: Комплекс №4

Дотационное 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: _____