

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 11 Марта 2021 г.

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	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	034	2.41	0.41	17.34	74.8
Булочка с маком	050	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №2	67-20	28	21	101	689

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	022	1.74	0.18	11.18	53.53
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	117	915

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша рисовая молочная гарнирная	100	2.89	1.82	17.84	100
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №4	8-00	5	2	42	207

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____