

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 15 Марта 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Биточки "Дружба"	090	13.49	14.77	12.88	241
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром, курагой и печеньем ("Машенька")	200/10/ 1шт	2.12	3.26	33.43	168
Хлеб белый	028	2.21	0.22	14.22	67.76
Итого по меню Комплекс №1	53-41	23	23	92	664

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Биточки "Дружба"	090	13.49	14.77	12.88	241
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187.5
Чай с сахаром, курагой и печеньем ("Машенька")	200/10/ 1шт	2.12	3.26	33.43	168
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Десерт фруктовый (апельсин)	055	0.49	0.11	4.45	22
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	24	23	98	691

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние	100	13.88	16.63	8.47	242
Рис отварной	180	4.75	7.86	44.17	277
Компот из сухофруктов (урюк)	200	0.46	0	26.53	105
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка российская	055	3.75	4.58	30.74	179.67
Итого по меню Комплекс №2	67-20	25	29	125	870

Меню: Комплекс №3

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Котлеты "Геркулес" с соусом красным основным	100	11.71	10.27	10.75	184
Каша пшеничная вязкая	180	4.96	5.77	29.15	187
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Батон	028	2.02	0.68	13.47	70
Булочка российская	055	3.75	4.58	30.74	179.67
Итого по меню Комплекс №3	67-20	29	26	132	866

Меню: Комплекс №4

Дополнительное питание

Каша пшеничная вязкая	150	4.12	4.81	24.3	156
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	027	1.94	0.66	12.99	67.5
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	6	52	280

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____