

# МЕНЮ

## Столовая СОШ №11

### на 16 Марта 2021 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

##### Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Колбаса отварная	090	11.52	19.98	1.35	231
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.67
Хлеб целебный ржаной.	023	1.63	0.28	11.73	50.6
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>61</b>	<b>550</b>

#### Меню: Комплекс №1а

##### дети из многодетных семей

Колбаса отварная	090	11.52	19.98	1.35	231
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный ржаной	027	1.92	0.32	13.77	59.4
Булочка "Творожная"	055	6.41	4.78	26.75	178.2
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>25</b>	<b>31</b>	<b>79</b>	<b>689</b>

#### 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
Батон	029	2.09	0.71	13.95	72.5
Булочка Домашняя	050	3.52	6.45	27.99	185
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>27</b>	<b>26</b>	<b>99</b>	<b>730</b>

#### Меню: Комплекс №3

##### Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Сосиски отварные	100/2 шт.	11	23.9	1.6	266
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Батон	028	2.02	0.68	13.47	70
Булочка с кунжутом	050	3.89	1.45	26.96	139
<b>Итого по меню Комплекс №3</b>	<b>67-20</b>	<b>23</b>	<b>39</b>	<b>112</b>	<b>909</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Дополнительное питание

Каша манная вязкая молочная	110	3.98	2	21.96	122.1
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	022	1.58	0.54	10.58	55
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>48</b>	<b>234</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_