

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 18 Марта 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Икра свекольная	030	0.57	2.23	3.4	35
Кнели из цыплят	090	12.86	12.78	6.2	205.87
Пюре картофельное	160	3.3	5.81	19.48	155.73
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	023	1.63	0.28	11.73	50.6
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.4
Итого по меню Комплекс №1	53-41	20	21	66	555

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Капуста квашеная	030	0.48	1.52	2.3	25
Кнели из цыплят	090	12.86	12.78	6.2	205.87
Пюре картофельное	160	3.31	5.82	19.48	155.56
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Рогалик с курагой	075	5.21	5.11	42.74	238
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	24	26	101	756

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Биточки "Курочка Ряба"	100	19.24	16.12	7.02	267
Каша гречневая рассыпчатая	180	10.3	7.94	50.67	318.6
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Батон	026	1.87	0.63	12.51	65
Пирожки печёные с повидлом	075	4.2	1.69	42.79	204
Итого по меню Комплекс №2	67-20	36	27	128	917

Меню: Комплекс №3

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Плов из говядины	220	15.98	16.58	42.87	395
Компот из ягод (компотная смесь)	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб целебный ржаной	029	2.06	0.35	14.79	63.8
Итого по меню Комплекс №3	67-20	20	22	85	634

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: