

МЕНЮ
Столовая СОШ №11
на 20 Апреля 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	160	4.81	5.9	23.61	168.53
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Батон	022	1.58	0.54	10.58	55
Хлеб цельный	020	1.17	0.19	8.88	44
Итого по меню Комплекс №1	53-41	20	27	60	561

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Колбаса отварная	090	11.52	19.98	1.35	231
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189.6
Кофейный напиток с печеньем ("Школьная шипаргалка")	200/2 шт.	2.76	6.85	42.47	238
Хлеб цельный	038	2.23	0.35	16.87	83.6
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	22	34	87	742

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Гуляши из говядины	50/50	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 цельный ржаной	028	1.99	0.34	14.28	61.6
Сдоба обыкновенная	050	2.99	3.24	21.39	127
Итого по меню Комплекс №2	67-20	26	23	92	662

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	175	4.62	7.64	42.94	269.31
Напиток из сока с печеньем ("К кофе")	200/1шт	1.21	2.53	28.59	152
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №3	67-20	21	40	96	856

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	022	1.58	0.54	10.59	55.48
Итого по меню Комплекс №4	8-00	5	4	40	217

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____