

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 20 Мая 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 пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	6.3	7.01	32.84	216
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	027	2.13	0.22	13.72	65.7
Булочка ванильная	050	3.75	4.06	26.72	159
Итого по меню Комплекс №1	53-41	26	23	85	742

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Котлеты "Любительские"	090	13.65	11.8	11.98	223
Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	7.56	7.58	39.41	252
Сыр порционный	015	3.54	3.99	0	52
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	029	2.06	0.35	14.79	63.8
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	27	24	66	669

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Гуляш из говядины	100	14.75	13.14	3.3	191
Макаронные изделия отварные	180	6.26	5.74	38.32	225
Чай с сахаром с лимоном и печеньем ("К кофе")	200/5/1 шт	1.31	2.44	25.21	125
Хлеб белый	028	2.21	0.22	14.22	68.13
Итого по меню Комплекс №2	67-20	25	22	81	609

Меню: Комплекс №3

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Плов из говядины	240	17.83	18.52	46.95	436
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	028	1.99	0.34	14.28	61.6
Итого по меню Комплекс №3	67-20	22	24	87	664

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая молочная	110	4.6	2.11	24.05	132
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
Итого по меню Комплекс №4	8-00	7	3	51	251

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____