



Паракова Е.А.

# МЕНЮ

## Столовая СОШ №11 на 20 Декабря 2021 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

#### Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Котлеты "Крепыш"	080	13.26	14.83	10.74	232
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80.3
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>53-41</u>	<u>21</u>	<u>21</u>	<u>65</u>	<u>527</u>

### Меню: Комплекс №1а

#### дети из многодетных семей

Котлеты "Крепыш"	080	13.26	14.83	10.74	232
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.08	178.5
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75.02
Пирожки печеные с капустой яйцом	075	3.7	4.52	28.86	170
<u>Итого по меню Комплекс №1а</u>	<u>61-31</u>	<u>25</u>	<u>26</u>	<u>95</u>	<u>713</u>

### Меню: Комплекс №2

#### Завтрак 5-11 классы

Тефтели из говядины (1 вариант)	100	17.26	31.68	17	422
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	027	1.92	0.32	13.77	58.86
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>67-20</u>	<u>31</u>	<u>43</u>	<u>97</u>	<u>891</u>

### Меню: Комплекс №4

#### Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая молочная	100	4.18	2.42	21.52	124
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1.3	0.44	8.66	45
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>8-00</u>	<u>6</u>	<u>3</u>	<u>40</u>	<u>207</u>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

