

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 22 Января 2022 г.

| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс**

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Сосиски отварные | 053\шт | 5.83 | 12.67 | 0.85 | 141.33 |
| Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным | 150/3 | 4.35 | 5.2 | 31.17 | 188 |
| Напиток из сока | 200 | 0.25 | 0 | 21.32 | 84 |
| Хлеб белый | 030 | 2.37 | 0.24 | 15.24 | 73 |
| Кондитерское изделие без крема (корж молочный) | 065 | 4.1 | 7.26 | 40.46 | 242.67 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 55-55 | 17 | 25 | 109 | 729 |

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак 5-11 классы**

| | | | | | |
|----------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Филе куриное, тушёное с овощами | 090 | 16.94 | 22.14 | 3.11 | 278 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6.25 | 5.75 | 38.32 | 225 |
| Чай с сахаром с лимоном | 200/7 | 0.26 | 0.06 | 15.22 | 59 |
| Хлеб целебный ржаной | 030 | 2.12 | 0.36 | 15.3 | 66 |
| Булочка "Веснушка" | 045 | 3.4 | 2.84 | 24.37 | 138.6 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 71-64 | 29 | 31 | 96 | 767 |

Меню: Комплекс №4**Учащиеся из многодетных семей**

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Сосиски отварные | 053\шт | 5.83 | 12.67 | 0.85 | 141.33 |
| Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным | 175/3 | 5.07 | 6.07 | 36.36 | 219.33 |
| Напиток из сока | 200 | 0.25 | 0 | 21.32 | 84 |
| Хлеб целебный ржаной | 030 | 2.13 | 0.36 | 15.3 | 65.4 |
| Хачапури с сыром школьное | 090 | 9.04 | 10.01 | 31.21 | 254 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 63-74 | 22 | 29 | 105 | 764 |

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша рисовая вязкая | 100 | 1.49 | 3.1 | 15.07 | 95 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Батон | 032 | 2.3 | 0.78 | 15.39 | 80 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 8-30 | 4 | 4 | 45 | 232 |

Зав. производством:

Калькулятор: