

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 22 Апреля 2021 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Овощи свежие (огурцы) порционно	015	0.1	0.01	0.28	1.5
Жаркое "Рябушка", с зеленью	200/2	13.06	12.61	21.08	250
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	026	2.05	0.21	13.21	63.27
Булочка Домашняя	050	3.52	6.45	27.99	185
Итого по меню Комплекс №1	53-41	19	19	78	557

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	015	0.1	0.01	0.28	1.5
Жаркое "Рябушка", с зеленью	200/2	13.06	12.61	21.08	250
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	031	2.2	0.37	15.81	68.2
Шафран с яблоками	075	3.9	7.82	35.14	228
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	19	21	87	605

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Биточки "Куручка 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
Хлеб целебный	028	1.64	0.26	12.43	61.6
Булочка "Маковка"	050	3.79	7.16	26.74	188
Итого по меню Комплекс №2	67-20	36	32	112	897

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
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №3	67-20	20	23	84	644

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша манная вязкая молочная	110	3.98	2	21.96	122.1
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	3	47	229

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____