

# МЕНЮ

## Столовая СОШ №11

### на 22 Сентября 2021 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

##### Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Тефтели из говядины (1 вариант)	090	11.89	14.25	12.25	224
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с пряником ("Зареченские")	200/1 шт	2.2	2	65.13	281
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>121</b>	<b>754</b>

#### Меню: Комплекс №1а

##### дети из многодетных семей

Тефтели из говядины (1 вариант)	090	11.89	14.25	12.25	224
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.19	211.93
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Рогалик с черносливом	070	4.54	4.77	39.42	220.27
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>137</b>	<b>858</b>

#### Меню: Комплекс №2

##### Завтрак 5-11 классы

Овощи свежие (огурцы) порционно	030	0.21	0.03	0.58	3
Котлеты рубленые из говядины	100	14.55	11.9	15.52	227
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	022	1.74	0.18	11.18	53.53
Булочка российская	060	4.09	5	33.53	196
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>27</b>	<b>23</b>	<b>114</b>	<b>762</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	021	1.66	0.17	10.67	51.1
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>47</b>	<b>233</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_