

# МЕНЮ

## Столовая СОШ №11

### на 22 Декабря 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 | 200          | 0         | 0         | 33.93      | 129        |
| Хлеб белый   | 026          | 2.05      | 0.21      | 13.21      | 63.27      |
| Булочка с кунжутом                                       | 050          | 3.93      | 1.58      | 26.99      | 141        |
| <b>Итого по меню Комплекс №1</b>                         | <b>53-41</b> | <b>23</b> | <b>21</b> | <b>118</b> | <b>744</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   | 026          | 2.05      | 0.21      | 13.21      | 63.27      |
| Пирожки печёные с черносливом                            | 075          | 4.39      | 1.69      | 38.58      | 190        |
| <b>Итого по меню Комплекс №1а</b>                        | <b>61-31</b> | <b>24</b> | <b>22</b> | <b>134</b> | <b>818</b> |

#### Меню: Комплекс №2

##### Завтрак 5-11 классы

|  |              |           |           |            |            |
|--|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Горошек зелёный консервированный припущенный (дополнительный гарнир) | 010          | 0.2       | 0.02      | 0.55       | 3          |
| Биточки "Дружба"   | 100          | 15        | 16.44     | 14.31      | 270        |
| Макаронные изделия отварные  | 180          | 6.25      | 5.75      | 38.32      | 225        |
| Чай с сахаром  | 200          | 0.2       | 0.05      | 15.01      | 57         |
| Хлеб целебный ржаной   | 025          | 1.77      | 0.3       | 12.75      | 55         |
| Булочка "Завитушка"  | 060          | 4.97      | 8.14      | 30.01      | 213.6      |
| <b>Итого по меню Комплекс №2</b>                                     | <b>67-20</b> | <b>28</b> | <b>31</b> | <b>111</b> | <b>824</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: \_\_\_\_\_