

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 27 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Биточки рыбные (из сайды)	090	11.19	5.92	13.51	156
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный ржаной	031	2.2	0.37	15.81	68.2
Булочка Домашняя	060	4.22	7.74	33.59	222
Итого по меню Комплекс №1	53-41	21	20	97	654

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Биточки рыбные (из сайды)	090	11.19	5.92	13.51	156
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Кофейный напиток с пряником ("Зареченские")	200/1 шт	3	2.4	46.57	214
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Десерт фруктовый (апельсин)	080	0.72	0.16	6.48	32
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	19	14	95	592

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Шницель рубленый из говядины	100	14.55	11.9	15.55	227
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Напиток из сока с пряником ("Зареченские")	200/1шт	2.45	2	52.52	236
Хлеб целебный	037	2.17	0.35	16.43	81.4
Итого по меню Комплекс №2	67-20	25	20	123	769

Меню: Комплекс №3

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Тефтели из говядины (1 вариант)	100	13.2	15.81	13.58	249
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Чай с сахаром с лимоном	200/4	0.26	0.06	15.22	59
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
Итого по меню Комплекс №3	67-20	22	29	93	738

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	110	3.83	3.51	23.42	137.5
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	027	1.94	0.66	12.99	67.5
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	4	51	262

Зав. производством:

Калькулятор: