

МЕНЮ

Столовая СОШ №11

на 28 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Котлеты рубленые из говядины	090	13.1	10.71	13.97	204
Макаронные изделия отварные	150	5.22	4.78	31.93	187.5
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
Хлеб целебный ржаной	031	2.2	0.37	15.81	68.2
Итого по меню Комплекс №1	53-41	21	16	96	589

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	020	0.14	0.02	0.39	2
Котлеты рубленые из говядины	090	13.1	10.71	13.97	204
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
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70.4
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	23	18	128	744

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Колбаса отварная	100	12.8	22.2	1.5	257
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный	027	1.58	0.25	11.99	59.4
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №2	67-20	25	34	94	791

Меню: Комплекс №3

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Кнели из цыплят	100	14.28	14.18	6.88	230
Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушёная)	120/60/180	4.43	6.56	21.8	173
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	038	2.74	0.92	18.28	95
Итого по меню Комплекс №3	67-20	24	24	79	676

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая	150	4.12	4.81	24.3	156
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	026	1.87	0.63	12.51	65
Итого по меню Комплекс №4	8-00	6	5	52	278

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____