

# МЕНЮ

## Столовая СОШ №11

на 14 Мая 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

#### Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200/10	6.62	12.34	39.68	296
Сыр порционно	015	3.54	3.99	0	52
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб целебный ржаной	023	1.63	0.28	11.73	50.6
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.67
Десерт фруктовый (яблоко)	135/шт	0.54	0.54	13.23	60.75
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>18</b>	<b>21</b>	<b>95</b>	<b>635</b>

### Меню: Комплекс №1а

#### дети из многодетных семей

Сосиски отварные	055/шт	6.05	13.14	0.88	146.3
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200/10	6.62	12.34	39.68	296
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб белый	028	2.21	0.22	14.22	68.13
Десерт фруктовый (яблоко)	135/шт	0.54	0.54	13.23	60.75
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>19</b>	<b>30</b>	<b>88</b>	<b>698</b>

### Меню: Комплекс №2

#### Завтрак 5-11 классы

Овощи свежие (огурцы) порционно	010	0.07	0.01	0.19	1
Биточки рыбные (из сайды)	100	12.27	6.56	14.85	171
Рис отварной с маслом сливочным	180/5	4.42	11.34	40.81	290
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб целебный ржаной	033	2.34	0.4	16.83	72.6
Рогалик с маком	075	7.09	10.26	45.21	302
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>139</b>	<b>921</b>

### Меню: Комплекс №3

#### Обед

Суп крестьянский (крупа пшеничная) со сметаной	250	1.92	5.1	11.99	96
Биточки "Дружба"	100	14.99	16.42	14.31	267
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59
Батон	040	2.88	0.97	19.24	100
Ватрушка с повидлом	065	3.9	2.05	39.42	189.8
<b>Итого по меню Комплекс №3</b>	<b>67-20</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>138</b>	<b>937</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Дотационное питание

Каша молочная "Дружба"	100	3.28	2.04	19.8	111
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	022	1.58	0.54	10.59	55.48
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>45</b>	<b>223</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_