

МЕНЮ

Столовая СОП №15

на 06 Октября 2023 г.

| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

Меню: Комплекс №1*Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов*

| | | | | | |
|----------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Цыпленок отварные (голень) | 100 | 20.78 | 15.3 | 3.61 | 250 |
| Каша гречневая вязкая | 160 | 4.81 | 5.9 | 23.61 | 169 |
| Кофейный напиток | 200 | 0.8 | 0.4 | 15.37 | 62 |
| Батон | 040 | 2.88 | 0.98 | 19.25 | 100 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 64-19 | 29 | 23 | 62 | 581 |

Меню: Комплекс №2*Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов*

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Картофель тушеный с фаршем из мяса говядины с доп. гарниром овощи соленые огурцы порционно, 220/10 | 230 | 13.62 | 14.91 | 20.24 | 270 |
| Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7 | 217 | 0.36 | 0.05 | 14.07 | 55 |
| Хлеб белый | 028 | 2.21 | 0.22 | 14.22 | 68 |
| Ватрушка с повидлом | 080 | 4.8 | 2.53 | 48.52 | 234 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 75-80 | 21 | 18 | 97 | 627 |

Меню: Комплекс №4*Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей*

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Цыпленок отварные (голень) | 100 | 20.78 | 15.3 | 3.61 | 250 |
| Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 160/20 | 180 | 4.82 | 5.9 | 23.65 | 169 |
| Кофейный напиток | 200 | 0.8 | 0.4 | 15.37 | 62 |
| Хлеб белый | 027 | 2.13 | 0.22 | 13.72 | 65 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 67-63 | 29 | 22 | 56 | 546 |

Меню: Комплекс №5*Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)*

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша ячневая вязкая | 140 | 2.97 | 4.43 | 19.34 | 128 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 0.2 | 0.05 | 10.02 | 38 |
| Батон | 020 | 0.16 | 0.3 | 1.48 | 9 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 8-80 | 3 | 5 | 31 | 175 |

Меню: Комплекс №6*Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак*

| | | | | | |
|----------------------------|-----|-------|------|-------|-----|
| Цыпленок отварные (голень) | 100 | 20.78 | 15.3 | 3.61 | 250 |
| Каша гречневая вязкая | 160 | 4.81 | 5.9 | 23.61 | 169 |
| Кофейный напиток | 200 | 0.8 | 0.4 | 15.37 | 62 |
| Батон | 040 | 2.88 | 0.98 | 19.25 | 100 |

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

| | | | | | |
|---|---------------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной | 250 | 1.84 | 5.48 | 10.52 | 109 |
| Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7 | 217 | 0.36 | 0.05 | 14.07 | 55 |
| Хлеб цельнозерновой ржаной | 032 | 2.27 | 0.38 | 16.32 | 70 |
| Рогалик с вареным сгущенным молоком | 075 | 6.91 | 8.93 | 44.04 | 289 |
| Итого по меню Комплекс №6 | 101-38 | 41 | 37 | 147 | 1104 |

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

