



МЕНЮ

Столовая СОИ №15

на 10 Января 2024

Столовая №15 с углубленным изучением предметов ЗМР РТ имени А.С. Пушкина, Санкт-Петербург, Россия
Арутюнян Г.М.

Наименование блюда	Выход	Калорийность	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 180/5/15	200	31-00	11.02	12.47	38.79	312
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.16	59
Батон	023	1-36	1.65	0.56	11.07	58
Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт	125	29-50	0	0	11.25	45
Итого по меню Комплекс №1		66-76	13	13	76	474

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Салат из свежей капусты	100	7-90	1.55	5.08	9.39	88
Плов из филе цыплят, 50/200	250	65-70	16.41	15.69	53.79	421
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.15	59
Хлеб цельнозерновой ржаной	032	2-70	2.27	0.38	16.32	70
Итого по меню Комплекс №2		81-20	20	21	95	618

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Салат из свежей капусты	100	7-90	1.55	5.08	9.39	88
Плов из филе цыплят, 50/200	250	65-70	16.41	15.69	53.79	421
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.15	59
Хлеб цельнозерновой ржаной	032	2-70	2.27	0.38	16.32	70
Скидка		-10-86	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4		70-34	20	21	95	618

Меню: Комплекс №5

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (ботан. питание)

Каша пшеничная вязкая	110	5-70	3.03	4.06	17.45	120
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	020	1-20	1.44	0.49	9.52	50
Итого по меню Комплекс №5		9-20	4	5	37	210

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 180/5/15	200	31-00	11.02	12.47	38.79	312
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.16	59
Батон	039	2-34	2.81	0.96	15.77	99
Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт	125	29-50	0	0	11.25	45

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

Салат из свежей капусты	100	7-90	1.55	5.08	9.39	88
Нектар в ассортименте	200	20-80	0.8	0	34	132
Ватрушка с повидлом	075	9-00	4.5	2.37	45.49	219
Итого по меню Комплекс №6		105-44	21	21	173	963

Меню: Комплекс №7

Двухразовое питание учащихся 5-11 кл. с ОБЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Салат из свежей капусты	100	7-90	1.55	5.08	9.39	88
Плов из филе цыплят, 50/200	250	65-70	16.41	15.69	53.79	401
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб цельнозерновой ржаной	032	2-70	2.27	0.38	16.32	70

Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОБЗ и МОБ - ОБЕД

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	10-40	2.62	2.75	15.68	121
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Хлеб Сельский	030	2-54	1.65	0.3	13.5	93
Ватрушка с повидлом	075	9-00	4.5	2.37	45.49	219
Итого по меню Комплекс №7		105-44	29	27	181	1091

Зав. производством:

Калькулятор: Согласно по телефону