

## МЕНЮ

### Столовая СОШ №15

на 19 Января 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Сложность питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

##### Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Цыплята отварные (голень)	100	47-90	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	180	11-50	5.41	6.64	26.56	189
Кофейный напиток	200	4-40	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	035	2-96	1.92	0.35	15.75	108
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>66-76</b>	<b>28</b>	<b>22</b>	<b>65</b>	<b>624</b>

#### Меню: Комплекс №2

##### Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	235	63-90	14.62	15.93	21.89	290
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	5-60	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб целебный ржаной	032	2-70	2.27	0.38	16.32	70
Гребешки с повидлом	075	9-00	4.56	3.15	40.59	210
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>81-20</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>93</b>	<b>625</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	235	63-90	14.62	15.93	21.89	290
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	5-60	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб целебный ржаной	032	2-70	2.27	0.38	16.32	70
Гребешки с повидлом	075	9-00	4.56	3.15	40.59	210
Скидка		-10-86	0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>70-34</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>93</b>	<b>625</b>

#### Меню: Комплекс №5

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

Каша ячневая вязкая	130	5-50	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	024	1-40	1.73	0.59	11.55	60
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>		<b>9-20</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>39</b>	<b>218</b>

#### Меню: Комплекс №6 (по желанию)

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

Цыплята отварные (голень)	100	47-90	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	180	11-50	5.41	6.64	26.56	189
Кофейный напиток	200	4-40	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	034	2-94	1.87	0.34	15.3	105

##### Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

Нектар в ассортименте	180	18-70	0.54	0	30.6	118.8
Рогалик с вареным сгущенным молоком	075	20-00	6.91	8.93	44.04	289
<b>Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)</b>		<b>105-44</b>	<b>36</b>	<b>31</b>	<b>139</b>	<b>1029</b>

#### Меню: Комплекс №7

##### Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным	235	63-90	14.62	15.93	21.89	290
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	5-60	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб целебный ржаной	032	2-70	2.27	0.38	16.32	70
Гребешки с повидлом	075	9-00	4.56	3.15	40.59	210

##### Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной, с зеленью, 250/2	252	16-90	1.89	5.40	10.5	110
Кофейный напиток	200	4-40	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	034	2-94	1.87	0.34	15.3	105
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>		<b>105-44</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>137</b>	<b>917</b>

Зав. производством: 

Калькулятор: Согласовано по телефону