



# МЕНЮ

## Столовая СОШ №16

на 12 Января 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

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

Филе минтая запеченное с овощами	090	14.8	15.8	7.59	156
Пюре картофельное	170	3.5	6.18	20.7	165
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	033	2.37	0.81	15.88	83
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>66-76</b>	<b>21</b>	<b>23</b>	<b>54</b>	<b>444</b>

### Меню: Комплекс №2

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

Котлеты "Крепыши" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	225	7.1	6.41	43.01	252
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>81-20</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>86</b>	<b>622</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Котлеты "Крепыши" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	225	7.1	6.41	43.01	252
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Скидка		0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>70-34</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>86</b>	<b>622</b>

### Меню: Комплекс №5

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

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

### Меню: Комплекс №6

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

Филе минтая запеченное с овощами	090	14.8	15.8	7.59	156
Пюре картофельное	170	3.5	6.18	20.7	165
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	033	2.37	0.81	15.88	83

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

Салат из моркови с сахаром	075	0.94	0.07	8.71	39
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Пирожки печеные с яблоками	075	3.7	4.5	28.87	170
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>105-44</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>126</b>	<b>785</b>

### Меню: Комплекс №7

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

Котлеты "Крепыши" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	225	7.1	6.41	43.01	252
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75

#### Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	230	2.11	2.64	17.63	96
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб целебный ржаной	029	2.06	0.35	14.79	64
Пирожки печеные с яблоками	075	3.7	4.5	28.87	170
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>	<b>105-44</b>	<b>30</b>	<b>29</b>	<b>157</b>	<b>992</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_