

МЕНЮ**Столовая СОШ №16**

на 09 ноября 2023 г.



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

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

| | | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Гуляш из филе птицы | 090 | 11.57 | 14.62 | 3.39 | 190 |
| Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 150/30 | 180 | 4.71 | 5.56 | 22.69 | 161 |
| Чай с сахаром, 200/15 | 215 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб Сельский | 029 | 1.59 | 0.29 | 13.05 | 90 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 64-19 | 18 | 21 | 54 | 498 |

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

| | | | | | |
|---------------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 12.28 | 10.72 | 11.69 | 205 |
| Пюре картофельное | 180 | 3.72 | 6.55 | 21.92 | 175 |
| Кофейный напиток | 200 | 0.24 | 0.19 | 18.82 | 77 |
| Хлеб Сельский | 025 | 1.37 | 0.25 | 11.25 | 77 |
| Булочка ванильная | 050 | 3.75 | 4.06 | 26.72 | 159 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 75-80 | 21 | 22 | 90 | 693 |

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

| | | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Гуляш из филе птицы | 090 | 11.57 | 14.62 | 3.39 | 190 |
| Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 150/20 | 170 | 4.65 | 5.55 | 22.5 | 160 |
| Чай с сахаром, 200/15 | 215 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб Сельский | 027 | 1.48 | 0.27 | 12.15 | 84 |
| Булочка "Маковка" | 050 | 3.79 | 7.16 | 26.74 | 188 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 67-63 | 22 | 28 | 80 | 679 |

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

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Макаронные изделия отварные | 100 | 3.48 | 3.19 | 21.29 | 125 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 0 | 0 | 9.98 | 40 |
| Батон | 018 | 1.29 | 0.44 | 8.66 | 45 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 8-80 | 5 | 4 | 40 | 210 |

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

| | | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|-----|
| Гуляш из филе птицы | 090 | 11.57 | 14.62 | 3.39 | 190 |
| Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 150/30 | 180 | 4.71 | 5.56 | 22.69 | 161 |
| Чай с сахаром, 200/15 | 215 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб Сельский | 029 | 1.59 | 0.29 | 13.05 | 90 |

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

| | | | | | |
|------------------------------------------------------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/ | 250 | 2.13 | 5.69 | 20.17 | 131 |
| Чай с сахаром, 200/15 | 215 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Батон | 025 | 1.8 | 0.61 | 12.02 | 62 |
| Беккен с капустой, яйцом | 090 | 5.96 | 10.12 | 23.77 | 213 |
| Итого по меню Комплекс №6 | 101-38 | 28 | 37 | 125 | 961 |

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____