

**МЕНЮ****Столовая СОШ №16**

на 10 Января 2024 г.

Наименование блюда	Выход	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	11.02	12.47	38.79	312
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Батон	023	1.65	0.56	11.07	58
Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт	125	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	1.55	5.08	9.39	88
Плов из филе цыплят, 50/200	250	16.41	15.69	53.79	401
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб цельный ржаной	032	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	1.55	5.08	9.39	88
Плов из филе цыплят, 50/200	250	16.41	15.69	53.79	401
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб цельный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70
Скидка		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 (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	110	3.03	4.06	17.45	120
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	9-20	4	5	37	210

Меню: Комплекс №6**Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 180/5/15	200	11.02	12.47	38.79	312
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Батон	039	2.81	0.96	18.77	98
Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт	125	0	0	11.25	45

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

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Ватрушка с повидлом	075	4.5	2.37	45.49	219
Итого по меню Комплекс №6	105-44	21	21	173	953

Меню: Комплекс №7**Двухразовое питание учащихся 5-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК**

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

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

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб Сельский	030	1.65	0.3	13.5	93
Ватрушка с повидлом	075	4.5	2.37	45.49	219
Итого по меню Комплекс №7	105-44	29	27	181	1091

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____