

МЕНЮ

Столовая СОШ №16
на 14 Марта 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	027	1.75	0.27	11.07	54
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>69-43</u>	<u>21</u>	<u>22</u>	<u>66</u>	<u>537</u>

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

Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным	100	12.6	14.34	11.48	227
Рис отварной с овощным миксом	200	4.56	7.64	42.28	258
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	030	1.95	0.3	12.3	60
Печенье сахарное 2 шт (Кремарио)	024	1.56	4.56	16.56	113
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>88-60</u>	<u>21</u>	<u>27</u>	<u>98</u>	<u>717</u>

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

Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным	100	12.6	14.34	11.48	227
Рис отварной с овощным миксом	200	4.56	7.64	42.28	258
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	030	1.95	0.3	12.3	60
Печенье сахарное 2 шт (Кремарио)	024	1.56	4.56	16.56	113
Скидка		0	0	0	0
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>73-15</u>	<u>21</u>	<u>27</u>	<u>98</u>	<u>717</u>

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

Каша ячневая вязкая	140	2.97	4.43	19.34	128
Чай полусладкий, 180/5	185	0	0	5	19
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	020	1.3	0.2	8.2	40
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>9-60</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>33</u>	<u>187</u>

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

Гуляш из филе птицы	100	12.84	16.24	3.76	211
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	027	1.75	0.27	11.07	54

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

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	220	1.64	4.84	9.2	98
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	026	1.69	0.26	10.66	52
Изделие бисквитное Мини рулет, 1 шт	035	1.4	6.65	21.7	154
<u>Итого по меню Комплекс №6</u>	<u>109-66</u>	<u>25</u>	<u>34</u>	<u>118</u>	<u>881</u>

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

Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным	100	12.6	14.34	11.48	227
Рис отварной с овощным миксом	200	4.56	7.64	42.28	258
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	030	1.95	0.3	12.3	60
Печенье сахарное 2 шт (Кремарио)	024	1.56	4.56	16.56	113

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

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	240	1.78	5.27	10.02	105
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.62	0.25	10.25	50
<u>Итого по меню Комплекс №7</u>	<u>109-66</u>	<u>24</u>	<u>32</u>	<u>128</u>	<u>912</u>

Зав. производством:

Калькулятор: