



МЕНЮ

Столовая СОШ №16

на 20 Декабря 2024 г.



Наименование блюда

Выход

Пищевая ценность

Всего Жир Углеводы ККал

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

Гуляши 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 (порциями)	025	1.37	0.25	11.25	77
Итого по меню Комплекс №1	66-76	20	22	66	560

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

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Котлеты "Крепыши" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Итого по меню Комплекс №2	81-20	21	26	74	646

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

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Котлеты "Крепыши" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	70-34	21	26	74	646

Меню: Комплекс №5Горячий 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	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	9-20	4	5	38	208

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

Гуляши 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 (порциями)	025	1.37	0.25	11.25	77

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

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб (порциями)	038	2.09	0.38	17.1	118
Рулет с маком	100	7.38	14.68	50.84	366
Итого по меню Комплекс №6	105-44	32	43	164	1230

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

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Котлеты "Крепыши" с соусом красным основным, 75/25	100	12.6	14.34	11.48	227
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб (порциями)	028	1.54	0.28	12.6	87

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

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб (порциями)	033	1.81	0.33	14.85	102
Итого по меню Комплекс №7	105-44	25	32	118	934

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____