



# МЕНЮ

## Столовая СОШ №16

на 24 ноября 2023 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	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Батон	038	2.74	0.93	18.28	95
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>59</b>	<b>456</b>

### Меню: Комплекс №2

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

Котлеты "Крепыши" с соусом красным основным	075/25	12.6	14.34	11.48	227
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 190/30	220	6.8	6.11	40.96	240
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб Сельский	037	2.03	0.37	16.65	115
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>86</b>	<b>650</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Филе минтая запеченное с овощами	090	14.8	15.8	7.59	156
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб Сельский	032	1.76	0.32	14.4	99
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>21</b>	<b>23</b>	<b>59</b>	<b>489</b>

### Меню: Комплекс №5

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

Каша ячневая вязкая	140	2.97	4.43	19.34	128
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	020	0.16	0.3	1.48	9
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>31</b>	<b>177</b>

### Меню: Комплекс №6

#### Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Филе минтая запеченное с овощами	090	14.8	15.8	7.59	156
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Батон	038	2.74	0.93	18.28	95

#### Двухразовое питание для учащихся с 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 целебный ржаной	027	1.92	0.32	13.77	59
Треугольник с фаршем из мяса говядины	075	6.47	8.52	20.32	186
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>32</b>	<b>34</b>	<b>120</b>	<b>862</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_