



МЕНЮ

Столовая СОШ №16

на 04 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным, 160/5	160/5	6.55	8.62	27.92	214
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	027	1.95	0.66	12.99	68
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт.)	040	2.04	2.08	29.48	144
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	51.76
Итого по меню Комплекс №1	64-19	12	12	115	610

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 180/30	210	6.46	5.78	38.83	228
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	050	3.55	0.6	25.5	109
Изделие слоёное (Круассан с начинкой, 1 шт.)	027	0.62	5.51	14.36	90
Итого по меню Комплекс №2	75-80	21	23	104	664

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным, 160/5	160/5	6.55	8.62	27.92	214
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб белый	034	2.69	0.27	17.27	82
Рогалик с изюмом	075	4.96	5.11	44.96	246
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	51.76
Итого по меню Комплекс №4	67-63	15	14	135	726

Меню: Комплекс №5

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

Каша пшеничная вязкая	130	3.58	4.16	21.06	135
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Батон	022	1.59	0.54	10.59	55
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ

Завтрак

Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным, 160/5	160/5	6.55	8.62	27.92	214
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	027	1.95	0.66	12.99	68
Пряник в индивидуальной упаковке (1 шт.)	040	2.04	2.08	29.48	144
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	51.76

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	037	2.5	0.41	17.36	75
Пирожки печенье с рисом и мясом	070	9.12	5.88	35.1	232
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	29	23	205	1116

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____