



МЕНЮ

Столовая ООШ №17

на 30 Января 2025 г.

| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Свекла отварная порционно | 060 | 0.88 | 0.06 | 4.47 | 24 |
| Плов с мясом говядины рубленным, 30/150 | 180 | 12.5 | 12.7 | 40.1 | 326 |
| Чай с сахаром, 200/15 | 215 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 033 | 2.14 | 0.33 | 13.53 | 66 |
| Вафли неглазированные (Белек, 1 шт) | 020 | 1.42 | 4.52 | 8.62 | 81 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 69-43 | 17 | 18 | 82 | 554 |

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Рыба /Минтай/ тушённая в томате с овощами | 050/50 | 10.45 | 4.79 | 7.99 | 118 |
| Рис отварной с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/45 | 225 | 4.87 | 7.35 | 42.28 | 266 |
| Компот из ягод | 200 | 0.2 | 0.08 | 16.43 | 66 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 032 | 2.08 | 0.32 | 13.12 | 64 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 88-60 | 18 | 13 | 80 | 514 |

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Рыба /Минтай/ тушённая в томате с овощами | 050/50 | 10.45 | 4.79 | 7.99 | 118 |
| Рис отварной с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/45 | 225 | 4.87 | 7.35 | 42.28 | 266 |
| Компот из ягод | 200 | 0.2 | 0.08 | 16.43 | 66 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 032 | 2.08 | 0.32 | 13.12 | 64 |
| Скидка | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 73-15 | 18 | 13 | 80 | 514 |

Меню: Комплекс №5

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

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша овсяная вязкая | 115 | 3.03 | 5.02 | 13.64 | 113 |
| Чай полусладкий, 180/5 | 185 | 0 | 0 | 5 | 19 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 020 | 1.3 | 0.2 | 8.2 | 40 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 9-60 | 4 | 5 | 27 | 172 |

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание учащихся 1-4 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

| | | | | | |
|---|-----|------|------|-------|-----|
| Свекла отварная порционно | 060 | 0.88 | 0.06 | 4.47 | 24 |
| Плов с мясом говядины рубленным, 30/150 | 180 | 12.5 | 12.7 | 40.1 | 326 |
| Чай с сахаром, 200/15 | 215 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 033 | 2.14 | 0.33 | 13.53 | 66 |
| Вафли неглазированные (Белек, 1 шт) | 020 | 1.42 | 4.52 | 8.62 | 81 |

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

| | | | | | |
|---|---------------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Суп картофельный "Гречишное зернышко" | 250 | 2.35 | 2.86 | 19.29 | 105 |
| Компот из ягод | 200 | 0.2 | 0.08 | 16.43 | 66 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 034 | 2.21 | 0.34 | 13.94 | 68 |
| Рулет с маком ИЛИ Печенье Сахарное Коломенское 1 шт | 100/030 | 7.38 | 14.68 | 50.84 | 366 |
| Итого по меню Комплекс №6 | 109-66 | 29 | 36 | 182 | 1159 |

Меню: Комплекс №7

Двухразовое питание учащихся 5-11 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

| | | | | | |
|--|--------|-------|------|-------|-----|
| Рыба /Минтай/ тушённая в томате с овощами | 050/50 | 10.45 | 4.79 | 7.99 | 118 |
| Рис отварной с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/45 | 225 | 4.87 | 7.35 | 42.28 | 266 |
| Компот из ягод | 200 | 0.2 | 0.08 | 16.43 | 66 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 032 | 2.08 | 0.32 | 13.12 | 64 |

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

| | | | | | |
|---------------------------------------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Суп картофельный "Гречишное зернышко" | 250 | 2.35 | 2.86 | 19.29 | 105 |
| Чай с сахаром, 200/15 | 215 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 032 | 2.08 | 0.32 | 13.12 | 64 |
| Печенье сахарное (Кремарио, 1 шт) | 012 | 0.78 | 2.28 | 8.28 | 56 |
| Итого по меню Комплекс №7 | 109-66 | 23 | 18 | 136 | 796 |

Зав. производством

Калькулятор: