



МЕНЮ

Столовая СОШ №16

на 08 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб белый	026	2.05	0.21	13.21	63
Итого по меню Комплекс №1	64-19	21	17	77	547

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Колбаса вареная куриная отварная с соусом красным основным, 80/20	100	7.56	11.9	1.23	141
Макаронные изделия отварные с зеленым горошком консерв., припущенным, 170/10	180	6.2	5.45	36.78	216
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб цельный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №2	75-80	22	22	94	646

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141
Итого по меню Комплекс №4	67-63	25	18	106	698

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	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	0.16	0.3	1.48	9
Итого по меню Комплекс №5	8-80	3	5	31	175

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

Завтрак

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб белый	026	2.05	0.21	13.21	63

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб цельный ржаной	039	2.77	0.47	19.89	85
Рогалик с вареным сгущенным молоком	075	6.91	8.93	44.04	289
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	33	32	166	1089

Зав. производством:

Калькулятор: