

ООО "СОП"

Утверждаю
Директор МБОУ "СОШ №16 с углубленным
изучением отдельных предметов ЗМР РТ"
Сайфутдинов Р.Р.

МЕНЮ**Столовая СОШ №16**

на 19 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 40/160/25	225	12.32	18.84	21	302
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
Итого по меню Комплекс №1	64-19	17	25	70	566

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	024	1.9	0.19	12.19	58
Булочка Домашняя	050	3.52	6.45	27.99	185
Итого по меню Комплекс №2	75-80	22	25	108	763

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

Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 40/160/35	235	12.39	18.85	21.18	303
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	026	2.06	0.21	13.21	63.14
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
Итого по меню Комплекс №4	67-63	17	25	70	566

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	4	40	208

Меню: Комплекс №6**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак**

Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 40/160/25	225	12.32	18.84	21	302
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	84.46
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Суп картофельный "Рисовое зернышко" (с зеленью)	250/2	2.02	2.75	19.71	103
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	029	2.29	0.24	14.74	70.54
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
Итого по меню Комплекс №6	101-38	30	35	149	1014

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____