



МЕНЮ

Столовая СОШ №16

на 21 Декабря 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Гуляш из филе птицы	090	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	035	1.92	0.35	15.75	108.62
Итого по меню Комплекс №1	64-19	19	21	61	532

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
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	025	1.37	0.25	11.25	77
Булочка ванильная	050	3.75	4.06	26.72	159
Итого по меню Комплекс №2	75-80	21	22	90	693

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Гуляш из филе птицы	090	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	034	1.86	0.34	15.3	105.78
Булочка "Маковка"	050	3.79	7.16	26.74	188
Итого по меню Комплекс №4	67-63	23	29	91	750

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	0	9.98	40
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	4	40	210

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Гуляш из филе птицы	090	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	035	1.92	0.35	15.75	108.62

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупя рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62
Беккен с капустой, яйцом	090	5.96	10.12	23.77	213
Итого по меню Комплекс №6	101-38	29	37	132	995

Зав. производством:

Калькулятор: