

МЕНЮ

Столовая СОШ №16

на 27 Октября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Филе минтая запеченное с овощами	090	14.8	15.81	7.6	156.6
Пюре картофельное	150	3.09	5.46	18.26	145.31
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Вафли неглазированные (1 шт.)	020	1.42	4.52	8.62	99
Итого по меню Комплекс №1	64-19	21	27	59	516

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

Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным	075/25	12.6	14.34	11.48	227
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие огурцы порционно, 180/30	210	5.43	6.64	26.62	189
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб целебный ржаной	025	1.77	0.3	12.75	55
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №2	75-80	24	23	93	674

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

Филе минтая запеченное с овощами	100	16.45	17.57	8.44	174
Пюре картофельное	170	3.5	6.18	20.7	165
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62
Итого по меню Комплекс №4	67-63	22	24	56	460

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

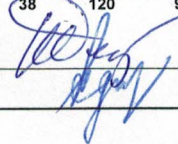
Каша ячневая вязкая	140	2.97	4.43	19.34	128
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	020	0.16	0.3	1.48	9
Итого по меню Комплекс №5	8-80	3	5	31	177

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

Филе минтая запеченное с овощами	090	14.8	15.81	7.6	156.6
Пюре картофельное	150	3.09	5.46	18.26	145.31
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Вафли неглазированные (1 шт.)	020	1.42	4.52	8.62	99

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Хлеб целебный ржаной	028	1.99	0.34	14.28	61
Треугольник с фаршем из мяса говядины	075	6.47	8.52	20.32	186
Итого по меню Комплекс №6	101-38	33	38	120	924

Зав. производством: Калькулятор: 