



«Утверждаю»  
ИП Яковлева Н.В.



Согласовано:  
Директор MAOU СОШ № 20




Начальник лагеря

## МЕНЮ с 7 до 11 лет

Столовая школы № 20

на 10 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белк и,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
№302-2004	Каша пшенная с маслом (крупа пшено, масло сливочное,молоко, вода, сахар)	200,10	24-78	11,0	9,58	49,87	313,6
№692-2004	Кофейный напиток (концентрат кофейный,молоко, сахар, вода)	200	12-68	4,78	7,7	22,07	151,34
№3-2004	Бутерброд с сыром(хлеб, сыр)	20,30	19-74	7,79	5,82	12,6	132,9
	Йогурт	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	<b>итого</b>		<b>81-02</b>	<b>27,67</b>	<b>25,6</b>	<b>96,04</b>	<b>697,84</b>
	<b>Обед</b>						
1996	Нарезка из свежих огурцов	100	17-78	0,82	0,0	2,3	13,26
№131-2004	Рассольник домашний (капуста,картофель,морковь, лук, огурец соленый, масло растительное)	10,250,11,9	25-69	7,98	8,74	13,02	150,52
№436-2004	Жаркое по –домашнему (говядина, картофель, лук, томат паста)	250	63-80	18,08	19,69	26,9	352,65
	Хлеб пшеничный йодированный, сыр	20,60	22-92	10,22	6,18	12,6	193,8
№705-2004	Компот из шиповника (шиповник, сахар, вода)	200	11-43	0,8	0,0	29,26	120
	<b>Итого:</b>		<b>141-62</b>	<b>37,9</b>	<b>34,61</b>	<b>84,08</b>	<b>830,23</b>
	<b>полдник</b>						
	Кондитерское изделие	36	16-96	3,75	6,6	30,15	197
	Мандарин	169	43-20	0,61	0,0	14,99	58,14
	Сок в пачке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	<b>Итого:</b>		<b>79-91</b>	<b>5,34</b>	<b>6,8</b>	<b>64,94</b>	<b>336,17</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>302-55</b>	<b>70,91</b>	<b>67,01</b>	<b>245,06</b>	<b>1864,24</b>

Зав. производством:   
Калькулятор:   
Мед. работник:   
Ответственный за питание:

«Утверждаю»

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 20

Начальник лагеря

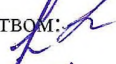




## МЕНЮ с 12 лет и старше

Столовая школы № 20

на 10 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белк и,г	Жиры ,г	Угл, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
№302-2004	Каша пшенная с маслом (крупа пшено, масло сливочное,молоко, вода, сахар)	220,10	25-76	12,11	10,26	49,14	341,1
№692-2004	Кофейный напиток (концентрат кофейный,молоко, сахар, вода)	200	12-68	4,78	7,7	22,07	151,34
№3-2004	Бутерброд с сыром(хлеб, сыр)	30,30	25-87	10,47	8,55	12,6	168,9
	Йогурт	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	<b>итого</b>		<b>88-13</b>	<b>31,46</b>	<b>29,01</b>	<b>95,31</b>	<b>761,34</b>
	<b>Обед</b>						
1996	Нарезка из свежих огурцов	110	19-52	0,9	0,0	2,9	14,56
№131-2004	Рассольник домашний (капуста,картофель,морковь, лук, огурец соленый, масло растительное)	10,250,11,5	25-69	7,98	8,74	13,02	150,52
№436-2004	Жаркое по –домашнему (, картофель, лук, томат паста)	275	88-15	19,89	21,66	29,59	387,92
	Хлеб пшеничный йодированный, сыр	30,60	31-20	12,9	8,91	12,6	229,8
№705-2004	Компот из шиповника (шиповник, сахар, вода, лимонная кислота)	200	11-43	0,8	0,0	29,96	120
	<b>Итого:</b>		<b>175-99</b>	<b>42,47</b>	<b>39,31</b>	<b>85,38</b>	<b>902,8</b>
	<b>полдник</b>						
	Кондитерское изделие	36	16-96	3,75	6,6	30,45	197
	Мандарин	169	43-20	0,61	0,0	14,99	58,14
	Сок в пачке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	<b>Итого:</b>		<b>79-91</b>	<b>5,34</b>	<b>6,8</b>	<b>65,24</b>	<b>336,17</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>344-03</b>	<b>79,27</b>	<b>75,12</b>	<b>245,93</b>	<b>2000,31</b>

Зав. производством:   
Калькулятор:   
Мед. работник:   
Ответственный за питание: