






МЕНЮ с 7 до 11 лет

Столовая школы № 20

на 11 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
№340-2004	Омлет (яйцо, молоко, масло сливочное,)	200,10	41-57	20,13	40,65	9,89	265,1
№3-2004	Хлеб йодированный, сыр	20,30	19-74	7,79	5,82	12,6	132,9
№685-2004	Чай с сахаром (чай заварка, сахар,вода)	200	2-10	0,2	0,0	10,02	38,99
	йогурт	95	23-82	1,4	2,5	11,5	100
	Итого:		87-23	29,52	48,97	44,01	536,99
	Обед						
1996	нарезка свежих помидор , огурцов	100	20-74	0,97	0,0	3,27	16,83
№134-2004	Суп крестьянский с крупой и мясом со сметаной (капуста , картофель,крупка пшеничная,лук, морковь, сметана)	10.250.11,9	22-68	8,38	9,54	14,62	166,52
№451-2004	Котлета мясная с соусом (котлетное мясо, хлеб, томат паста, сухари, лук)	100,30	57-86	12,53	11,46	15,49	216,92
№516-2004	Макаронны отварные (Макаронны, масло сливочное)	180	10-01	6,18	4,96	43,97	240,96
	Хлеб славянский	60	5-86	3,61	0,6	19,25	114
№648-2004	Кисель из концентрата (концентрат, сахар)	200	5-81	0,0	0,0	30,6	118
	Итого:		122-96	31,67	26,56	127,2	873,23
	Полдник						
	Яблоко	169	29-46	0,61	0,0	14,99	58,14
	Кондитерское изделие	40	18-24	3,75	6,6	30,15	197
	Сок в пачке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Итого:		67-45	5,34	6,8	64,94	336,17
	Итого за день		277-64	61,17	76,87	230,15	1674,39

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 11 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
№340-2004	Омлет (яйцо, молоко, масло сливочное,)	220,10	45-07	22,13	43,99	10,87	285
№3-2004	Хлеб йодированный, сыр	20,30	25-87	10,22	6,18	12,6	193,8
№685-2004	Чай с сахаром (чай заварка, сахар, вода)	200	2-10	0,2	0,0	10,02	38,99
	йогурт	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	Итого:		96-86	36,65	52,67	44,99	617,79
	Обед						
1996	нарезка свежих помидор, огурцов	110	22-75	1,07	0,0	3,59	18,48
№134-2004	Суп крестьянский с крупой и мясом со сметаной (капуста, картофель, крупа пшеничная, лук, морковь, сметана)	10.250.11,9	22-68	8,38	9,54	14,62	166,52
№451-2004	Котлета мясная с соусом (фарш говяжий, куриный, хлеб, томат паста, сухари, лук)	120,30	54-15	14,88	11,46	15,49	216,92
№516-2004	Макароны отварные (Макароны, масло сливочное)	200	11-48	6,89	5,75	43,97	240,96
	Хлеб славянский	60	5-86	3,3	0,6	19,24	114
№648-2004	Кисель ягодный из концентрата (концентрат, сахар)	200	5-81	0,0	0,0	30,6	118
	Итого:		122-73	34,52	61,87	127,51	874,88
	Полдник						
	Яблоко	169	29-46	0,61	0,0	14,99	58,14
	Кондитерское изделие	40	18-24	3,75	6,6	30,45	197
	Сок в пачке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Итого:		67-45	5,34	6,8	65,24	336,17
	Итого за день:		287-04	76,51	121,34	237,74	1828,84

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