






МЕНЮ с 7 до 11 лет

Столовая школы № 20

на 13 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
№302-2004	Каша на молоке с маслом (геркулес, молоко, сазар, масло сливочное)	200,10	24-02	10,82	10,93	38,37	302,66
№693-2004	Какао на молоке (какао порошок, молоко, сахар)	200	13-73	4,98	5,36	22,58	154,34
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3-20	2,43	0,36	6,3	60,9
	Йогурт	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	Итого:		64-77	22,33	19,15	78,75	617,9
	Обед:						
1996	Нарезка из свежих огурцов	100	17-78	0,82	0,0	2,3	13,26
№110-2004	Борщ с мясом со сметаной (свекла,картофель,капуста,морковь,лук, томат паста, масло растительное, сахар)	10,250,11,9	25-62	7,78	9,44	13,42	156,52
№341-2013	Рыба тушеная запеченая всметане с сыром (рыба, сметана, сыр)	150.50	57-63	46,88	19,08	6,85	393,83
№520-2004	Пюре картофельное (картофель,молоко, масло сливочное)	180	18-64	6,07	6,29	43,27	267,44
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3-20	2,43	0,36	6,3	50,9
№699-2004	Компот из лимона (лимон,сахар, вода, лимонная кислота)	200	6-24	0,14	-	24,43	95,92
	Итого:		129-11	64,12	35,17	96,57	987,87
	Полдник						
	Кондитерское изделие	35	16-15	3,75	6,6	30,15	197
	Сок в пачке	2/200	39-50	0,98	0,2	19,8	81,03
	Груша	169	35-35	0,4	0,0	9,8	85,,36
	Итого:		91-00	5,13	6,8	59,75	363,39
	Итого за день		284-88	91,58	61,12	235,07	1969,16

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





МЕНЮ с 12 лет и старше

Столовая школы № 20

на 13 июня 2024 г.

Код блюда	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Белк и	Жиры	Углев,г	ЭЦ ккал
	Завтрак						
3302-200	Каша на молоке с маслом (геркулес, молоко, сазар, масло сливочное)	220,10	25-31	11,33	11,47	40,32	312,86
№693-2004	Какао на молоке (какао порошок, молоко, сахар)	200	13-73	4,98	5,36	22,58	154,34
	Хлеб пшеничный йодированный	60	6-36	4,86	0,72	12,6	121,8
	Йогурт	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	Итого:		69-25	25,27	20,05	87,0	689
	Обед:						
1996	Нарезка из свежих огурцов	110	19-52	0,9	0,0	2,9	14,56
№110-2004	Борщ с мясом со сметаной (свекла,картофель,капуста,морковь, лук, томат паста, масло растительное, сахар)	15,250,11,9	30-49	9,26	10,56	13,42	171,18
№341-2013	Рыба тушеная запеченая в сметане с сыром (рыба, сметана, сыр)	150.50	67-54	46,88	19,08	7,18	393,83
№520-2004	Пюре картофельное (картофель,молоко, масло сливочное)	200	20-97	6,76	7,22	48,17	299,75
	Хлеб пшеничный йодированный	60	6-39	4,86	0,72	12,6	121,8
№699-2004	Компот из лимона (лимон,сахар, вода, лимонная кислота)	200	6-24	0,14	-	24,43	95,92
	Итого:		151-15	68,83	37,58	108,7	1097,04
	Полдник						
	Кондитерское изделие	35	16-15	3,75	6,6	30,45	197
	Сок в пачке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Груша	169	35-35	0,4	0,0	9,8	38
	Итого:		71-25	5,13	6,8	60,05	316,03
	Итого за день		291-65	99,23	64,43	255,75	2102,07

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