



«Утверждаю»
И.П. Яркова, Н.В.



Согласовано:
Начальник лагеря МАОУ СОШ № 20

МЕНЮ с 7 до 11 лет

Столовая школы № 20

на 17 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
№302-2004	Каша вязкая из риса и пшена «Дружба» (рис, пшено, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200.10	26-36	9,54	8,37	43,63	301,46
№3-2004	Бутерброд с сыром	20.30	19-74	7,79	5,82	12,6	132,9
№692-2004	Кофейный напиток на молоке (коф концентрат, молоко, сахар, вода)	200	12-68	4,78	7,7	22,07	151,34
	Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	Итого:		82-60	26,21	24,39	89,8	685,7
Обед							
1996	Нарезка из помидор и огурцов (помидоры, огурцы свежие)	100	20-74	0,97	0,0	3,27	16,83
№132-2004	Рассольник ленинградский с мясом и сметаной (картофель, перловка, морковь, лук, огурец соленый, масло растительное)	10/250/11,9	24-81	8,78	8,74	20,1	185,52
№424-2004	Поджарка (говядина, лук, томат паста, масло растительное)	100.30	104-63	26,16	14,84	7,02	266,4
№520-2004	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	180	20-13	6,07	6,29	43,27	267,44
№701-2004	Компот из свежих яблок (яблоки, сахар, вода)	200	6-98	0,1	0,0	22,7	86,44
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	6-39	4,86	0,72	12,6	121,8
	Итого		183-68	46,94	30,59	108,96	944,43
Полдник							
	Слива	169	35-35	0,61	0,0	14,99	58,14
	Соковый напиток в индивидуальной упаковке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Кондитерское изделие	40	18-24	3,75	6,6	30,15	197
	Итого		73-34	5,34	6,8	64,94	336,17
	Итого за день		339-62	78,49	61,78	263,7	1966,3

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Начальник лагеря МАОУ СОШ № 20



МЕНЮ с 12 лет и старше

Столовая школы № 20

на 17 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
№302-2004	Каша вязкая из риса и пшена «Дружба» (рис, пшено, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	220.10	27-43	10,55	9,62	49,07	328,8
№3-2004	Бутерброд с сыром	30.30	25-87	10,47	8,55	12,6	168,9
№692-2004	Кофейный напиток на молоке (коф концентрат, молоко, сахар, вода)	200	12-68	4,78	7,7	22,07	151,34
	Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	Итого:		89-80	29,9	28,37	95,24	749,04
	Обед						
1996	Нарезка из помидор и огурцов (помидоры, огурцы свежие)	110	22-75	1,07	0,0	3,59	18,48
№132-2004	Рассольник ленинградский с мясом и сметаной (картофель, перловка, морковь, лук, огурец соленый, масло растительное)	10/250/11,9	24-81	8,78	8,74	20,1	185,52
№424-2004	Поджарка (говядина, лук, томат паста, масло растительное)	100.30	104-63	31,26	17,52	7,95	314,4
№520-2004	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	200	22-63	6,76	7,22	48,17	299,75
№701-2004	Компот из свежих яблок (яблоки, сахар, вода)	200	6-98	0,1	0,0	22,7	86,44
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	6-39	4,86	0,72	12,6	121,8
	Итого		188-19	52,83	34,2	115,11	1026,09
	Полдник						
	Слива	169	35-35	0,61	0,0	14,99	58,14
	Соковый напиток в индивидуальной упаковке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Кондитерское изделие	40	18-24	3,75	6,6	30,45	197
	Итого		73-34	5,34	6,8	65,24	336,17
	Итого за день		351-33	88,07	69,37	275,59	2111,3

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание: