

«Утверждаю»

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Начальник лагеря МАОУ СОШ № 20



## МЕНЮ с 7 до 11 лет

Столовая школы № 20

на 19 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>						
№302-2004	Каша молочная пшеничная (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	200.10	24-78	11,0	9,58	49,87	313,6
№693-2004	Какао на молоке ( порошок какао, молоко, сахар, вода)	200	13-73	4,98	5,36	22,58	154,34
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	30	3-20	2,43	0,36	6,3	64,05
	Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	<b>Итого</b>		<b>65-53</b>	<b>22,51</b>	<b>17,18</b>	<b>90,25</b>	<b>631,99</b>
	<b>Обед</b>						
1996	Нарезка из свежих огурцов	100	17-78	0,82	0,0	2,3	13,26
№158-2004	Солянка из птицы со сметаной (мясо птицы, картофель, лук, огурец, сол., маслины, томат паста, масло растительное)	250/11,9	36-82	16,8	15,3	4,82	214,6
№451-2004	Шницель рубленный (фарш мясной 50%, грудка куриная 50%, вода, хлеб, сухари, лук, м/ растит)	100	54-85	11,75	8,58	12,67	174,92
№528-1996	Соус красный основной (бульон, мука, сахар, томат паста, морковь, лук, масло растит, масло сливочное)	30	2-15	0,78	2,88	2,82	42
№508-2004	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	180	10-54	10,54	7,09	54,0	327,67
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	6-39	4,86	0,72	12,6	121,8
№686-2004	Чай с лимоном ( чай заварка, сахар, лимон, вода)	200,7,15	3-73	0,3	-	15,2	60
	<b>Итого</b>		<b>132-26</b>	<b>45,85</b>	<b>54,57</b>	<b>104,41</b>	<b>954,25</b>
	<b>Полдник</b>						
	Яблоко	169	29-46	0,61	0,0	14,99	58,14
	Соковый напиток в индивидуальной упаковке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Мороженое пломбир ванильный	90	52-29	4,05	13,05	21,6	216
	Кондитерское изделие	35	16-15	3,0	5,28	24,12	157,6
	<b>Итого</b>		<b>117-65</b>	<b>8,64</b>	<b>18,53</b>	<b>80,51</b>	<b>512,77</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>315-44</b>	<b>77,00</b>	<b>90,28</b>	<b>275,17</b>	<b>2099,01</b>

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:



«Утверждаю»  
ИП Яркова Н.В.

ИП Яркова  
Н.В.  
Владимировна



Согласовано:

Начальник лагеря МАОУ СОШ № 20



## МЕНЮ с 12 лет и старше

Столовая школы № 20

на 19 июня 2024 г.

Код блюда	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Белки	Жиры	Углев,г	ЭЦ ккал
	<b>Завтрак</b>						
№302-2004	Каша молочная пшеничная (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	200,10	24-78	12,11	10,26	49,14	341,1
№693-2004	Какао на молоке ( порошок какао, молоко, сахар, вода)	200	13-73	4,98	5,36	22,58	154,34
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	30	3-20	2,43	0,36	6,3	60,9
	Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	<b>Итого</b>		<b>65-53</b>	<b>23,62</b>	<b>18,48</b>	<b>59,52</b>	<b>656,34</b>
	<b>Обед</b>						
1996	Нарезка из свежих огурцов	110	19-52	0,9	0,0	2,9	14,56
№158-2004	Солянка из птицы со сметаной (мясо птицы, картофель, лук, огурец, сол., томат паста, маслины масло растительное)	250/11,9	36-82	16,8	15,3	4,82	214,5
№451-2004	Шницель рубленый (фарш мясной 50%, грудка куриная 50%, вода, хлеб, сухари, лук, масло растительное)	100	54-85	14,1	10,3	15,2	209,9
№528-1996	Соус красный основной (бульон , мука, сахар, томат паста, морковь, лук, масло растит, масло сливочное)	30	2-15	0,78	2,88	2,82	42
№508-2004	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	200	12-04	11,68	8,11	59,86	365,11
№686-2004	Чай с лимоном ( чай заварка, сахар, лимон, вода)	200,7.15	3-73	0,3	-	15,2	60
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	6-39	4,86	0,72	12,6	121,8
	<b>Итого</b>		<b>135-50</b>	<b>49,42</b>	<b>37,31</b>	<b>113,4</b>	<b>1027,87</b>
	<b>Полдник</b>						
	Яблоко	169	29-46	0,61	0,0	14,99	58,14
	Соковый напиток в индивидуальной упаковке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Мороженое пломбир ванильный	90	52-29	4,05	13,05	21,6	216
	Кондитерское изделие	16	16-15	3,75	6,6	30,45	197
	<b>Итого</b>		<b>117-65</b>	<b>9,39</b>	<b>19,85</b>	<b>86,84</b>	<b>552,17</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>318-68</b>	<b>78,33</b>	<b>73,14</b>	<b>248,26</b>	<b>2136,38</b>

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание: