



«Утверждаю»
ИП Яркова, Н.В.







Согласовано
Начальник лагеря МАОУ СОШ № 20

МЕНЮ с 7 до 11 лет

Столовая школы № 20

на 21 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
№302-2004	Каша молочная пшеничная (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	200.10	24-78	11,0	9,58	49,87	313,6
№3-2004	Хлеб «Рябинушка» йодированный с сыром	20.30	19-74	7,79	5,82	12,6	132,9
№692-2004	Кофейный напиток (кофейный напиток, молоко, вода, сахар)	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		81-02	27,67	25,6	96,04	697,84
	Обед						
1996	Нарезка из свежих помидор, огурцов (огурец, помидор)	100	20-34	0,97	0,0	3,27	16,83
№110-2004	Борщ с мясом и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, лук, морковь, томат паста, масло растительное, сахар)	10/250/11,9	25-62	7,78	9,44	13,42	156,52
№341-2004	Рыба запеченная в сметане с сыром (минтай, сметана, сыр, масло растит)	150.30	57-63	41,62	14,35	6,85	335,23
№520-2004	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	18-64	6,07	6,29	43,27	267,44
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	6-39	4,86	0,72	12,6	121,8
№631-2004	Компот ягодный (смесь свежемороженая, сахар)	200	6-18	0,16	0,0	17,03	66,05
	Итого		135-20	61,46	30,8	96,44	964,32
	Полдник						
	Апельсир	158	29-37	0,61	0,0	14,99	58,14
	Соковый напиток в индивидуальной упаковке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Выпечка	70	21-58	3,75	6,6	30,15	197
	Итого		70-70	5,34	6,8	64,94	336,17
	Итого за день		286-92	94,47	63,2	257,42	1998,33

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

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Начальник лагеря MAOY COШ № 20

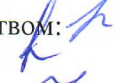




МЕНЮ с 12 лет и старше

Столовая школы № 20

на 21 июня 2024 г.

Код блюда	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Белки	Жиры	Углев,г	ЭЦ ккал
	Завтрак						
№302-2004	Каша молочная пшеничная (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	200.10	24-78	12,11	10,26	49,14	341,1
№3-2004	Хлеб «Рябинушка» йодированный с сыром российским	20.30	19-74	10,47	8,55	12,6	168,9
№692-2004	Кофейный напиток (кофейный напиток, молоко, вода, сахар)	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		81-02	31,46	29,01	95,31	761,34
	Обед						
1996	Нарезка из свежих помидор, огурцов (огурец, помидор)	50	10-37	1,07	0,0	3,59	18,48
№110-2004	Борщ с мясом и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, лук, морковь, томат паста, масло растительное, сахар)	10/250/11,9	25-62	9,26	10,56	13,42	171,18
№341-2004	Рыба запеченная в сметане с сыром (минтай, сметана, сыр, масло растит)	150.30	57-63	46,88	19,08	7,18	393,83
№520-2004	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	18-64	6,76	7,22	48,17	299,75
№631-2004	Компот ягодный (смесь свежемороженая, сахар)	200	6-18	0,16	0,0	17,03	66,05
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	30	3-20	4,86	0,72	12,6	121,8
	Итого		121-64	59,73	37,58	101,99	1071,09
	Полдник						
	Апельсин	158	29-37	0,61	0,0	14,99	58,14
	Соковый напиток в индивидуальной упаковке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Выпечка	50	11-65	3,75	6,6	30,45	197
	Итого		60-74	5,34	6,8	65,24	336,17
	Итого за день		263-40	96,53	73,39	262,54	2168,6

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