

«Утверждаю»

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 20

Начальник лагеря



МЕНЮ с 7 до 11 лет

Столовая школы № 20

на 3 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 (крупа «Геркулес», молоко, сахар, масло сливочное)	200,10	24-02	10,2	10,93	38,37	302,66
	Сдоба обогащенная микронутриентами	50	10-46	3,75	6,6	30,45	197
№685-2001	Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	2-10	0,2	0	10,02	38,99
	Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	Хлеб «Славянский» ржаной	30	2-93	1,65	0,9	9,62	57
	Итого:		63-33	19,9	20,93	99,96	695,65
	Обед						
1996	Нарезка из свежих огурцов	100	17-78	0,82	0,0	2,3	13,26
№110-2004	Борщ с мясом и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, лук, морковь, томат паста, масло растительное, сахар)	10/250/10,7	25-47	7,78	9,44	13,42	156,52
№492-2004	Плов из курицы (грудка куриная, крупа рисовая, масло растит, лук, морковь, томат паста)	250	51-14	20,25	19,75	94,63	447,5
№631-2004	Компот из свежемороженой вишни (вишня свежемороженая, сахар)	200	6-18	0,16	0,0	17,03	66,05
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	6-39	4,86	0,72	12,6	121,8
	Итого:		106-96	33,87	29,91	139,98	805,13
	Полдник						
	Яблоко	153	26-67	0,61	0,0	14,99	58,14
	Мороженое пломбир	90	52-29	4,05	13,05	21,6	216
	Соковый напиток в индивидуальной упаковке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Кондитерское изделие (чоко-пай)	28	18-01	1,44	6,37	22,44	152,95
	Итого:		116-72	7,08	19,62	78,83	508,13
	Итого за день		287-01	60,85	70,46	318,77	2008,91

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

«Утверждено»
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 20

Начальник лагеря






МЕНЮ с 12 лет и старше

Столовая школы № 20

на 3 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
№302-2001	Каша на молоке с маслом (крупа «Геркулес», молоко, сахар, масло сливочное)	220,10	25-31	11,33	11,47	40,32	312.86
	Сдоба обогатненная микронутриентами	50	10-46	3,75	6,6	30,45	197
№685-2004	Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	2-10	0,2	0,0	10,02	38.99
	Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	Хлеб «Славянский» ржаной	30	2-93	1,65	0,3	9,62	57,0
	Итого:		64-62	21,03	20,87	101,91	705.85
	Обед						
1996	Нарезка из свежих огурцов	110	19-52	0,9	0,0	2,9	14.56
№110-2004	Борщ с мясом и сметаной (свекла, капуста свежая, морковь, картофель, лук, томат паста, масло растительное, сахар)	15/250/10,7	30-34	9,26	10,56	13,42	171.18
№492-2004	Плов из курицы (грудка куриная, крупа рисовая, масло растит. лук, морковь, томат паста)	250	51-14	20,25	19,75	94,63	447.5
№631-2004	Компот из свежемороженой вишни (вишня свежемороженая, сахар)	200	6-18	0,16	0,0	17,03	66.05
	Хлеб «Рябинушка» йодированный с сыром	25.60	31-20	11,56	7,55	12,6	211,8
	Итого:		138-38	42,13	37,87	140,58	911.09
	Полдник						
	Яблоко	153	26-67	0,61	0,0	14,99	58,14
	Мороженое пломбир	90	52-29	4,05	13,05	21,6	216
	Соковый напиток в индивидуальной упаковке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81.03
	Кондитерское изделие (чоко-пай)	28	18-01	2,05	9,1	32,05	218.5
	Итого:		116-72	7,69	22,45	88,44	573.67
	Итого за день		319-72	64,15	74,35	330.93	2100.67

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