

«Утверждаю»
И.И. Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 20



МЕНЮ с 7 до 11 лет

Столовая школы № 20

на 7 июня 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак						
№160-2004	Суп молочный с макаронными изделиями	250	14-53	7,0	7,9	24,7	141,0
№3-2004	Хлеб «Рябинушка» йодированный, с сыром	20,30	19-73	7,79	5,82	12,6	132,9
№693-2004	Какао на молоке (какао порошок, сахар, молоко, вода)	200	13-73	4,98	5,36	22,58	154,34
	Кондитерское изделие	80	36-48	2,05	9,1	32,05	218,5
	Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	Итого:		108-29	26,03	30,68	103,43	746,74
	Обед						
1996	Нарезка из свежих огурцов	100	17-78	0,82	0,0	2,3	13,26
№158-2004	Солянка из птицы со сметаной (Грудка куриная, картофель, лук, огурец, сол., маслины, томат паста, масло растительное)	250/10,7	36-82	16,8	15,3	4,82	214,6
№437-2004	Гуляш (говядина, лук, томат паста, мука, масло растительное)	100,30	99-51	14,68	7,94	6,52	158,4
№511-2004	Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное)	180	16-11	5,14	6,13	48,5	272,58
№699-2004	Компот из лимона (лимон, сахар, вода)	200	6-24	0,14	0,0	24,43	95,92
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	6-39	4,86	0,72	12,6	121,8
	Итого:		182-85	42,44	30,09	99,17	876,56
	полдник						
	Сокосодержащий напиток в индивидуальной упаковке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Выпечка	100	54-75	3,0	5,28	24,12	157,6
	Яблоко	153	26-67	0,61	0,0	14,99	58,14
	Мороженое пломбир	90	52-29	4,05	13,05	21,6	216
	Итого:		153-46	8,64	18,53	80,51	512,77
	Итого за день		444-60	77,11	79,3	283,11	2136,07

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

[Handwritten signatures]

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 20

Начальник лагеря



МЕНЮ с 12 лет и старше

Столовая школы № 20

на 7 июня 2024 г.

Код блюда	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Белки	Жиры	Углев,г	ЭЦ ккал
	Завтрак						
№160-2004	Суп молочный с макаронными изделиями	250	14-53	7,0	7,9	24,7	141
№3-2004	Хлеб «Рябинушка» йодированный, с сыром	20,30	19-73	10,47	8,55	12,6	168,9
№693-2004	Какао на молоке (какао порошок, сахар, молоко, вода)	200	13-73	4,98	5,36	22,58	154,34
	Кондитерское изделие	35	16-15	2,05	9,1	32,05	218,5
	Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	23-82	4,1	2,5	11,5	100
	Итого:		87-96	28,6	33,41	113,43	782,74
	Обед						
1996	Нарезка из свежих огурцов	110	19-52	0,9	0,0	2,9	14,56
№158-2004	Солянка из птицы со сметаной (Грудка куриная, картофель, лук, огурец, сол., маслины, томат паста, масло растительное)	250/10,7	36-82	16,8	15,3	4,82	214,6
№437-2004	Гуляш (говядина, лук, томат паста, мука, масло растительное)	100,30	99-51	14,68	7,94	6,52	158,4
№511-2004	Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное)	200	20-27	5,16	6,89	53,72	302,85
№699-2004	Компот из лимона (лимон, сахар, вода)	200	6-24	0,14	0,0	24,43	95,92
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	6-39	4,86	0,72	12,6	121,8
	Итого:		188-75	42,54	30,85	107,99	908,13
	Полдник						
	Сокосодержащий напиток в индивидуальной упаковке	200	19-75	0,98	0,2	19,8	81,03
	Выпечка	50	15-06	3,75	6,6	30,45	197
	Яблоко	153	26-67	0,61	0,0	14,99	58,14
	Мороженое пломбир	90	52-29	4,05	13,05	21,6	216
	Итого:		113-77	9,39	19,85	86,84	552,17
	Итого за день		390-48	80,53	84,11	308,26	2243,04

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

[Handwritten signatures and initials]