

Утверждаю:
ИИ-Яркова Н.В.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 20
Устькачкинцева Т.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 20

на 4 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая рисовая на молоке	200.10	40-27	11,0	9,58	49,87	313,6	№ 302-2004
Кофейный напиток	200	18-55	4,78	7,7	22,07	151,34	№ 692-2004
Хлеб ржаной с голландским сыром	21.30	22-23	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Сок в индивидуальной упаковке	200	40-00	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		147-70	23,12	22,99	104,14	736,94	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	67.50	81-08	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	11-78	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Компот из свежих яблок	200	11-86	0,1	0,0	22,7	86,44	№631-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок в индивидуальной упаковке	200	40-00	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		147-70	22,66	20,42	107,85	678,52	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	90	17-61	1,12	13,59	6,99	154,98	
Суп гороховый с говядиной	22/250	39-23	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	55-54	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	18-06	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	32,47	49,89	111,30	1016,39	

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

Ответственный за питание: _____

Мед. работник: _____

Утверждаю:

ИИИ Яркова Н.В.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 20
Устькачкинцева Т.И.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 20

на 4 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая рисовая на молоке	200,10	40-27	11,0	9,58	49,87	313,6	№ 302-2004
Кофейный напиток	200	18-55	4,78	7,7	22,07	151,34	№ 692-2004
Хлеб ржаной с голландским сыром	21,30	22-23	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Сок в индивидуальной упаковке	200	40-00	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		147-70	23,12	22,99	104,14	736,94	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куринц. в соусе с томатом	65,50	78-74	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макаронны отварные	180	14-12	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Компот из свежих яблок	200	11-86	0,1	0,0	22,7	86,44	№631-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок в индивидуальной упаковке	200	40-00	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		147-70	22,66	20,42	100,85	678,52	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	90	17-61	1,12	13,59	6,99	154,98	
Суп гороховый с говядиной	19,5/250	35-43	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	55-54	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Шницель картофельное	150	21-86	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	32,47	49,89	111,30	1016,39	

Зав. производством:

Калькулятор:

Ответственный за питание:

Мед. работник: