

Утверждаю:  
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:  
Директор МАОУ СОШ № 20  
Устькачкинцева Т.Н.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 20

на 6 марта 2024 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	76-07	13,75	9,87	32,86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№686-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	110	29-63	9,1	5,9	79,9	410,02	
Пироженое	30	40-00	1,53	8,46	15,63	145,5	
<b>Итого:</b>		<b>147-70</b>	<b>24,58</b>	<b>24,23</b>	<b>138,41</b>	<b>873,81</b>	

### Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный с маслом сл.	200.5	102-72	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2013
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Йогурт «Фруто Кидс»	110	40-00	0,4	0,0	9,8	110	
<b>Итого:</b>		<b>147-70</b>	<b>22,76</b>	<b>40,95</b>	<b>40,21</b>	<b>464,84</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	60	5-26	0,82	5,0	5,0	67,5	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	8/250/10	30-89	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная	90	72-09	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-88	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>37,19</b>	<b>33,85</b>	<b>108,73</b>	<b>876,83</b>	

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Утверждаю:

ИП Уржева Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 20

Устькачкинцева Г.Н.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

### М е н ю

Столовая школы № 20

на 6 марта 2024 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	76-07	13,75	9.87	32.86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№686-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	110	29-63	9,1	5,9	79,9	410,02	
Пирожное	30	40-00	1,53	8,16	15,63	145,5	
<b>Итого:</b>		<b>147-70</b>	<b>24,58</b>	<b>24,23</b>	<b>138,41</b>	<b>873,81</b>	

### Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200.5	102.72	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Йогурт «Фруто Кидс»	110	40-00	0,4	0,0	9,8	110	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого:</b>		<b>147-70</b>	<b>22,76</b>	<b>40,95</b>	<b>40,21</b>	<b>464,84</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	60	5-26	0,82	5,0	5,0	67,5	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	8/250/10	30-89	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная	90	72-09	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-88	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>37,19</b>	<b>33,85</b>	<b>108,73</b>	<b>876,83</b>	

Зав. производством:

Калькулятор:

Ответственный за питание:

Мед. работник: