

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Столовая школы № 20

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 20



на 6 октября 2025 г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая рисовая	255	39-81	2	8	22	176	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-73	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	46-16	7	10	9	157	№3-2004
Итого		107-70	19	24	89	626	

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая рисовая	305	41-17	2	8	22	176	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-73	5	8	22	151	№692-2004
Хлеб пшеничный с сыром	45	44-80	2	-	11	51	
Итого:		107-70	19	24	89	626	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	125	76-90	9	9	10	164	№462-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-82	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	12-13	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-85	2	-	11	51	
Итого :		107-70	21	17	92	610	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	120	70-07	9	9	10	164	№462-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-80	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	12-13	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	50	7-70	2	-	11	51	
Итого :		107-70	23	19	101	666	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	13-05	2	3	3	57	№ 37-2004
Суп из овощей	270	33-67	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	130	57-90	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-80	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	12-13	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-85	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	27	25	144	920	

Зав. производством:

Калькулятор:

Ответственный за питание: