

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МХОУ СОШ № 20

Азисов М.С.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

на 16 сентября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	125	67-86	6	5	8	107	№488-2004
Пюре картофельное	150	26-68	3	7	22	164	№520-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		107-70	16	16	108	715	

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	120	59-00	7	6	9	119	№488-2004
Пюре картофельное	180	31-93	4	8	26	197	№520-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	7-22	2	-	11	51	
Итого :		107-70	18	18	113	699	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	250	91-85	18	10	22	250	№436-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	6-30	1	-	8	48	
Итого :		107-70	20	10	72	470	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	300	91-85	18	10	22	250	№436-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	6-30	1	-	8	48	
Итого :		107-70	20	10	72	470	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	16-67	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	31-05	6	7	20	174	№ 132-2004
Бедро куриное запеченное с соусом	130	59-89	21	20	1	265	№494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-63	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	43	40	115	998	

Зав. производством:

Калькулятор:

Ответственный за питание: