



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы №20

на 18 сентября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	120	77-37	9	9	10	162	№462-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	180	17-17	7	7	42	265	№516-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	50	3-61	2	-	11	51	
Итого		107-70	22	19	119	748	

Горячий завтрак 1 комплекс с12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	120	77-37	9	9	10	162	№462-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	180	17-17	7	7	42	265	№516-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	50	3-61	2	-	11	51	
Итого		107-70	22	19	119	748	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	125	79-86	12	6	4	119	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-68	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		107-70	24	17	101	657	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	120	73-30	13	7	4	132	№437-2004
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	50	7-22	2	-	11	51	
Итого :		107-70	27	20	110	726	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	24-79	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	27-78	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	76-53	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	5-69	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	31	23	80	663	

Зав. производством:

Калькулятор:

Ответственный за питание: