

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.
Яркова Наталья
Владимировна
Столовая школы №20

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 20
Азисов М.С.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

на 19 сентября 2025 г.

Горячий завтрак 1 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 1 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 завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая манная	255	61-54	3	-	33	150	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-83	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	24-33	7	10	9	157	№3-2004
Итого :		107-70	18	21	102	707	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая манная	305	61-54	3	-	33	150	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-83	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	24-33	7	10	9	157	№3-2004
Итого :		107-70	18	21	102	707	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	10-64	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник домашний	270	36-60	6	7	13	139	№131-2004
Биточки с соусом	120	51-02	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	180	26-98	5	7	47	270	№511-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	21	22	136	839	

Зав. производством:
Калькулятор:
Ответственный за питание: