

Меню по столовой МБОУ СОШ № 20
04 февраля 2022 г.

1 - 4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
337,2004	яйцо вареное	40	11,17	63	5,1	4,6	0,3
05.01.2005	бутерброд с маслом	50(20/30)	17,92	177,8	2,4	11,7	15,6
174,2017г	каша молочная из рисовой крупы, с маслом	160(150/10)	16,43	220,5	4,5	8,1	32,2
685,2004	чай с джемом	200	4,21	82	0,3		21,3
6.3.5.3	хлеб	30	2,05	52,2	2	0,4	10
9.1.4.1.	сок 1/200	1 шт.	26,56	70,5	0,6	0,6	14,7
			78,34				
1 - 4 классы							
Горячее питание (обед)							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
45,2004	салат из квашенной капусты	60	11,14	50,4	0,8	3	4,8
140,2004	суп картоф.с макарон.изделиями	250	10,07	120	2,9	2,5	21
155,2003	жаркое по домашнему	150(40/110)	49,49	227,8	15,4	11,8	15,1
685,2004	чай с сахаром	200	1,93	58	0,2		15
6.1.3.2.2	батон	30	3,13	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	хлеб	40	2,58	69,6	2,6	0,5	13,4
			78,34				
5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2							
337,2004	яйцо вареное	40	11,17	63	5,1	4,6	0,3
174,2017г	каша молочная из рисовой крупы, с маслом	210(200/10)	19,69	294	6	10,9	43
685,2004	чай с джемом	200	4,21	82	0,3		21,3
6.1.3.2.2	батон	30	3,13	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	хлеб	40	2,73	69,6	2,6	0,5	13,4
6.3.5.3	вафли	1 шт.	19,07	270	2,8	15	30,5
			60,00				
5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
45,2004	салат из квашенной капусты	70	12,53	58,8	0,9	3,5	5,6
140,2004	суп картоф.с макарон.изделиями	250	10,07	120	2,9	2,5	21
155,2003	жаркое по домашнему	200(40/160)	54,61	303,7	20,5	15,8	20,1
685,2004	чай с сахаром	200	1,93	58	0,2		15
6.1.3.2.2	батон	30	3,13	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	хлеб	40	2,73	69,6	2,6	0,5	13,4
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд			Цена				
Холодное блюдо							
салат картофельный с солеными огурцами		1/100	10,07				
I блюдо							
суп картофельный		1/250	12,21				
II блюдо							
рыба тушеная в томате с овощами		1/100 (50/50)	23,71				
III блюдо							
кисель фруктовый		1/200	5,05				
IV Гарнир							
пюре картофельное		1/150	15,35				
Витаминный стол							
Наименование блюд			Цена				
Диетический стол							
Наименование блюд			Цена				

Зав.производством _____

Бухгалтер _____