

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

1 - 4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
89,2003	Бутерброд с повидлом	50(20/30)	6,73	129	2,4	0,9	28
366,2004	Запеканка из творога с молок.сгущ.	95(80/15)	36,73	212,4	13,3	11,8	12,2
173,2017г	каша вязкая молоч из пшенной крупы	157,5(152,5/5)	11,81	234	6,5	8,3	33,2
686,2002	чай с лимоном	207	4,26	60	0,3		15,2
9.1.4.7	мандарин	1шт.	22,54	38	0,8	0,2	7,5
			82,07				
1 - 4 классы							
Горячее питание (обед)							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
71,2004	винегрет овощной	60	6,91	74,4	0,8	6,1	4,1
139,2004	суп картофель с бобовыми, с зеленью	250	10,29	167	6,2	5,6	22,3
294,2017	котлеты рубленные из птицы (индейка)	90	43,02	228,8	14	13,4	13
511,2004	рис отварной	150	11,09	228	3,8	6,2	38,6
455,2003	соус красный основной	50	1,78	21,9	0,4	0,8	3,1
685,2004	чай с сахарм	200	1,94	58	0,2		15
6.1.3.2.2	батон	35	3,63	91,7	2,6		18
6.3.5.3	хлеб	50	3,41	87	3,3	0,6	16,7
			82,07				
5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2							
89,2003	Бутерброд с повидлом	50(20/30)	6,73	129	2,4	0,9	28
366,2004	Запеканка из творога с молок.сгущ.	90(80/10)	34,71	212,4	13,3	11,8	12,2
173,2017г	каша вязкая молоч из пшенной крупы	210(205/5)	14,30	312	8,6	11,1	44,3
686,2002	чай с лимоном	207	4,26	60	0,3		15,2
			60,00				
5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
71,2004	винегрет овощной	80	9,22	99,2	1,1	8,1	5,4
139,2004	суп картофель с бобовыми, с зеленью	250	10,29	167	6,2	5,6	22,3
294,2017	котлеты рубленные из птицы (индейка)	90	43,02	257,4	15,7	15,1	14,7
511,2004	рис отварной	180	13,31	273,6	4,5	7,4	46,3
455,2003	соус красный основной	50	1,78	21,9	0,4	0,8	3,1
685,2004	чай с сахарм	200	1,94	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	35	2,31	60,9	2,3	0,4	11,7
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд			Цена				
Холодное блюдо							
	салат из белокачанной капусты	1/100	9,87				
I блюдо							
	суп картофельный с зеленью	1/250	12,31				
II блюдо							
	Котлета "Полтавская"	1/75	56,94				
III блюдо							
	какао с молоком	1/200	9,69				
IV Гарнир							
	капуста тушеная	1/150	19,57				
Витаминный стол							
Наименование блюд			Цена				
Диетический стол							
Наименование блюд			Цена				

Зав.производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_