

**Меню по столовой МБОУ СОШ № 20
16 февраля 2022 г.**

1 - 4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
05.01.2005	<i>бутерброд с маслом</i>	50(20/30)	17,22	210,8	2,4	15,4	15,7
204,2017	<i>макаронны отварные с сыром</i>	150	25,20	250,8	10,2	11,9	25,6
693,2004	<i>какао с молоком</i>	200	10,30	190	4,9	5	32,5
6.3.5.3	<i>хлеб</i>	30	2,05	52,2	2	0,4	10
9.1.2.6	<i>яблоко</i>	1 шт.	27,30	70,5	0,6	0,6	14,7
			82,07				
1 - 4 классы							
Горячее питание (обед)							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
45,2004	<i>салат из квашеной капусты</i>	60	11,15	50,4	0,8	3	4,8
148,2004	<i>суп-лапша домашняя, с зеленью</i>	250	7,48	120	2,8	5,8	13,9
388,2004	<i>котлеты рыбные</i>	90	26,02	176,4	11,7	7,9	13,7
520,2004	<i>пюре картофельное</i>	180	18,75	226,8	3,8	9,9	26
638,2004	<i>компот из кураги</i>	200	10,66	126	1,2		31,6
6.1.3.2.2	<i>батон</i>	40	3,91	104,8	3	1,2	20,6
6.3.5.3	<i>хлеб</i>	60	4,10	104,4	4	0,7	20
			82,07				
5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2							
05.01.2005	<i>бутерброд с маслом</i>	50(15/35)	14,22	210,8	2,4	15,4	15,7
204,2017	<i>макаронны отварные с сыром</i>	250	33,22	418	16,9	19,9	42,6
693,2004	<i>какао с молоком</i>	200	10,30	190	4,9	5	32,5
6.3.5.3	<i>хлеб</i>	35	2,26	60,9	2,3	0,4	11,7
			60,00				
5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
45,2004	<i>салат из квашеной капусты</i>	70	13,11	58,8	0,9	3,5	5,6
148,2004	<i>суп-лапша домашняя, с зеленью</i>	250	7,48	120	2,8	5,8	13,9
388,2004	<i>котлеты рыбные</i>	100	28,96	196	13	8,8	15,2
520,2004	<i>пюре картофельное</i>	180	18,75	226,8	3,8	9,9	26
638,2004	<i>компот из кураги</i>	200	10,66	126	1,2		31,6
6.1.3.2.2	<i>батон</i>	35	3,31	91,7	2,7	1,1	18
6.3.5.3	<i>хлеб</i>	40	2,73	69,7	2,6	0,5	13,4
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд			Цена				
Холодное блюдо							
	<i>салат "Витаминный"</i>	1/100	11,41				
	<i>морковь с сахаром</i>	1/100	6,49				
I блюдо							
	<i>суп молочный с макаронными изделиями</i>	1/250	12,38				
II блюдо							
	<i>мясо (говядина) отварное</i>	1/50	49,56				
III блюдо							
	<i>чай с лимоном</i>	1/207	4,26				
IV Гарнир							
	<i>гречка отварная</i>	1/150	13,34				
Витаминный стол							
Наименование блюд			Цена				
Диетический стол							
Наименование блюд			Цена				

Зав.производством _____

Бухгалтер _____