

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

1 - 4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
340,2004	<i>омлет натуральный</i>	100	29,86	199	10	16,7	1,9
174,2017	<i>каша вязкая молоч. из рисов.крупы с маслом</i>	170(160/10)	17,75	238	4,9	8,8	34,8
693, 2004	<i>какао с молоком</i>	200	10,66	190	4,9	5	32,5
6.3.5.3	<i>хлеб</i>	30	2,05	52,2	2	0,4	10
10.10.1.1	<i>кекс</i>	1шт.	21,75	323,9	4,3	15,3	43,2
			82,07				
1 - 4 классы							
Горячее питание (обед)							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
8.1.6.1	<i>огурец свежий</i>	35	9,37	3,9	0,2	0,1	0,7
110,2004	<i>борщ с капустой и картофелем, зеленью</i>	250	12,47	106	2	5,2	13
155,2003	<i>гуляш</i>	125(40/85)	44,49	147	16,2	7	4,8
516,2004	<i>Макарны отварные</i>	150	7,26	244,5	5,1	9,2	34,2
685,2004	<i>чай с сахаром</i>	200	1,94	58	0,2		15
6.3.5.3	<i>хлеб</i>	50	3,41	87	3,3	0,6	16,7
6.1.3.2.2	<i>батон</i>	30	3,13	78,6	65,5	0,8	12,8
			82,07				
5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2							
340,2004	<i>омлет натуральный</i>	70	20,91	149,3	7,5	12,5	1,4
1,2004	<i>бутерброд с маслом</i>	45(15/30)	10,17	112,2	0,1	12,4	0,1
174,2017	<i>каша вязкая молоч. из рисов.крупы с маслом</i>	220(215/5)	16,57	308	6,3	11,4	45,1
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	70	2,6	0,5	13,4
			60,00				
5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
8.1.6.1	<i>огурец свежий</i>	35	9,37	3,9	0,2	0,1	0,7
110,2004	<i>борщ с капустой и картофелем, зеленью</i>	250	11,92	106	2	5,2	13
155,2003	<i>гуляш</i>	125(45/80)	48,75	147	16,2	7	4,8
516,2004	<i>Макарны отварные</i>	180	8,44	293,4	6,1	11	41
685,2004	<i>чай с сахаром</i>	200	1,93	58	0,2		15
6.1.3.2.2	<i>батон</i>	20	2,09	52,4	1,5	0,6	10,3
6.3.5.3	<i>хлеб</i>	40	2,50	69,6	2,6	0,5	13,4
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд			Цена				
Холодное блюдо							
<i>салат из свеклы с р/м</i>		1/100	6,89				
I блюдо							
<i>суп картофельный с зеленью</i>		1/250	12,31				
II блюдо							
<i>бифштекс рубленый</i>		1/53	44,72				
III блюдо							
<i>кисель фруктовый</i>		1/200	5,07				
IV Гарнир							
<i>пюре картофельное</i>		1/150	15,62				
Витаминный стол							
Наименование блюд			Цена				
Диетический стол							
Наименование блюд			Цена				

Зав.производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_