

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

1 - 4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
3,2004	Бутерброд с сыром	50(20/30)	18,97	148,6	7,5	6,2	15,4
340,2004	Омлет натуральный	100	29,10	199	10	16,7	1,9
327,2003	каша молочная Дружба с маслом	160(155/5)	11,74	201,1	4,5	9,2	25,3
639,2004	компот из смеси сухофруктов	200	6,31	124	0,6		31,4
6.1.3.2.17	пряники	2шт.	15,95	366	5,9	4,7	75
			82,07				
1 - 4 классы							
Горячее питание (обед)							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
17,2004	салат из соленых огурцов с луком	60	10,21	62,4	0,1	7,7	1,4
44,Пермь	суп из овощей, с зеленью	250	10,34	115,2	1,9	5,9	12,6
155,2003	гуляш	125(40/85)	44,49	147	16,2	7	4,8
516,2004	Макароны отварные	165	7,98	269	5,6	10,1	37,6
685,2004	чай с сахаром	200	1,94	58	0,2		15
6.3.5.3	хлеб	60	3,97	104,4	4	0,7	20
6.1.3.2.2	батон	30	3,14	78,6	2,3	0,9	15,4
			82,07				
5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2							
3,2004	Бутерброд с сыром	50(20/30)	18,97	148,6	7,5	6,2	15,4
340,2004	Омлет натуральный	80	21,20	159,2	8	13,3	1,5
327,2003	каша молочная Дружба с маслом	210(205/5)	13,52	314,3	7	14,3	39,5
639,2004	компот из смеси сухофруктов	200	6,31	124	0,6		31,4
			60,00				
5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
17,2004	салат из соленых огурцов с луком	90	15,36	104	0,1	12,9	2,4
44,Пермь	суп из овощей, с зеленью	250	10,34	115,2	1,9	5,9	12,6
155,2003	гуляш	125(40/85)	44,49	147	16,2	7	4,8
516,2004	Макароны отварные	180	8,71	293,4	6,1	11	41
685,2004	чай с сахаром	200	1,93	58	0,2		15
6.1.3.2.2	батон	20	2,09	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	хлеб	35	2,08	60,9	2,3	0,4	11,7
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд			Цена				
Холодное блюдо							
салат из квашеной капусты		1/100	18,58				
I блюдо							
суп молочный с рисом		1/250	12,84				
II блюдо							
мясо отварное (говядина)		1/50	49,56				
III блюдо							
кисель фруктовый		1/200	5,07				
IV Гарнир							
пюре картофельное		1/150	15,62				
Витаминный стол							
Наименование блюд			Цена				
Диетический стол							
Наименование блюд			Цена				

Зав.производством _____

Бухгалтер _____