ИП Кузнецова Л.Б.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 20 г.Пензы
_____ И.А. Николаева

Меню по столовой МБОУ СОШ № 20
19 октября 2022

1 - 4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Горячее питание (завтрак)						
366,2004	*запеканка из творога со сгущ.молоком*	100(80/20)	46,32	229,7	12,4	12,1	15,5
173,2017	*каша вязкая мол. из пшен.крупы с тыквой*	157,5(150/7,5)	13,9*2	234	6,5	8,3	33,2
686,2004	*чай с сахаром*	200	2,27	58	0,2		15
6.3.5.3	*хлеб*	30	2,25	52,2	2	0,4	10
6.3.5.3	*зефир*	1шт.	17,31	270	2,8	15	30,5
			82,07				

1 - 4 классы							
	Горячее питание (обед)						
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
43,2004	*салат из белокачанной капусты*	60	2,51	52,8	0,8	3,1	5,3
138,2004	*суп карт.с крупой (рис), с птицей, зеленью*	270(250/20)	21,52	149	6	7,3	16,6
175, Пермь	*Фрикадельки рыбные с соусом*	100	29,59	80,8	10,5	5,4	5,5
520,2004	*пюре картофельное*	150	12,14	189	3,2	8,3	21,7
685,2004	*напиток из плодов шиповника*	200	10,61	58	0,2		15
6.1.3.2.2	*батон*	30	3,45	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	*хлеб*	30	2,25	52,2	2	0,4	10
			82,07				

5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтрак 2						
366,2004	*запеканка из творога с молоком сгущ.*	80(70/10)	32,25	212,4	13,3	11,8	12,2
173,2017	*каша вязкая мол. из пшен.крупы с тыквой*	210(202,5/7,5)	19,78	312	8,6	11,1	44,3
685,2	*чай с сахаром*	200	2,27	58	0,2		15
6.1.3.2.2	*батон*	30	3,45	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	*хлеб*	30	2,25	52,2	2	0,4	10
			60,00				

5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Обед 2						
43,2004	*салат из белокачанной капусты*	100	4,11	88	1,4	5,1	8,9
138,2004	*суп карт.с крупой (рис), с птицей зеленью*	265(250/15)	18,19	142,3	5	6,8	16,6
17, Пермь5	*Фрикадельки рыбные с соусом*	100	29,59	80,8	10,5	5,4	5,5
520,2004	*пюре картофельное*	180	14,71	226,8	3,8	9,9	26
685,2004	*напиток из плодов шиповника*	200	10,61	58	0,2		15
6.1.3.2.2	*батон*	40	1,40	104,8	3,1	1,2	20,5
6.3.5.3	*хлеб*	50	3,74	87	3,3	0,6	16,7
			85,00				

Свободный выбор			
	Наименование блюд	Цена	
	Холодное блюдо		
	салат из белокачаной капусты со свеж.огурц.	1/100	6,50
	салат из свежих помидоров с луком	1/100	7,90
	салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	8,66
	I блюдо		
	Суп молочный с макаронными изделиями	1/250	14,83
	II блюдо		
	жаркое по домашнему	200(64/136)	78,45
	III блюдо		
	сок	1/200	23,93
	Напиток из плодов шиповника	1/200	10,61
	IV Гарнир		
	макароны отварные	1/150	8,90
	Выпечка		
	Ватрушка с колбасой и с сыром	1/140	21,29
	Сосиска запеченая в тесте	105(55/50)	23,52
Витаминный стол			
	Наименование блюд	Цена	
	морковь с сахаром	1/100	3,74
Диетический стол			
	Наименование блюд	Цена	
	гречка отварная	1/150	13,49

Зав.производством_____ Бухгалтер

МБОУ СОШ№ 20 Г. ПЕНЗЫ, Николаева Ирина Анатольевна
18.10.2022 16:08 (MSK), Простая подпись