ИП Кузнецова Л.Б.

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

Меню по столовой МБОУ СОШ № 20
09 ноября 2022

1 - 4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Горячее питание (завтрак)						
05.01.2005	*бутерброд с маслом*	40(20/20)	21,06	168,6	1,9	12,3	12,6
204,2017	*макароны отварные с сыром*	150	26,02	250,8	10,2	11,9	25,6
693,2004	*какао с молоком*	200	8,25	190	4,9	5	32,5
6.3.5.3	*хлеб*	30	2,25	52,2	2	0,4	10
9.1.4.7	*мандарин*	1 шт.	24,49	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
29,Пермь	*салат из свеклы с яблоками*	60	5,51	73,3	0,7	3,1	11,1
148,2004	*суп-лапша домашняя, с зеленью*	250	8,01	120	2,8	5,8	13,9
668,1981	*тефтели с соусом*	110(70/40)	39,80	189	8,7	11	13,7
520,2004	*сложный гарнир(карт.пюре+капуста туш.)*	150	12,09	154,5	3,3	6,5	20,3
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*	35	2,60	60,9	2,3	0,4	11,6
			82,07				

5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтрак 2						
05.01.2005	*бутерброд с маслом*	40(20/20)	21,06	168,6	1,9	12,3	12,6
204,2017	*макароны отварные с сыром*	210	28,44	351,1	14,2	10	35,8
693,2004	*какао с молоком*	200	8,25	190	4,9	5	32,5
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						
29,Пермь	*салат из свеклы с яблоками*	100	9,02	122,2	1,1	5,2	18,5
148,2004	*суп-лапша домашняя, с зеленью*	250	8,01	120	2,8	5,8	13,9
668,1981	*тефтели с соусом*	110(60/50)	34,89	189	8,7	11	13,7
520,2004	*сложный гарнир(карт.пюре+капуста туш.)*	180	14,31	185,4	4	7,7	24,3
685,2004	*напиток из плодов шиповника*	200	10,61	58	0,2		15
6.1.3.2.2	*батон*	40	4,56	104,8	3	1,2	20,6
6.3.5.3	*хлеб*	50	3,60	87	3,3	0,6	16,7
			85,00				

Свободный выбор			
	Наименование блюд	Цена	
	Холодное блюдо		
	салат из свеклы с яблоками	1/100	9,02
	Морковь с сахаром	1/100	3,74
	салат Витаминный	1/100	8,10
	салат из белокачан. Капусты	1/100	4,11
	I блюдо		
	Щи из свеж. капусты и карт., зеленью	*1/250*	*8,64*
	II блюдо		
	Зразы Школьные	1/80	45,22
	III блюдо		
	Сок	1/200	23,93
	напиток из плодов шиповника	1/200	10,61
	IV Гарнир		
	макароны отварные	1/150	8,90
	Выпечка		
	Пирожки печеные с мясом	1/50	19,38
	Плюшка Московская	1/100	16,43
	Булочка Домашняя	1/100	21,16
	Витаминный стол		
	Наименование блюд	Цена	
	яблоки печеные	1/75	10,96
	Диетический стол		
	Наименование блюд	Цена	
	гречка отварная	1/150	13,49

Зав.производством_____ Бухгалтер

МБОУ СОШ № 20 Г. ПЕНЗЫ, Николаева Ирина Анатольевна
08.11.2022 15:44 (MSK), Простая подпись