ИП Кузнецова Л.Б.

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

Меню по столовой МБОУ СОШ № 20

02 декабря 2022 года

1 - 4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Горячее питание (завтрак)						
337,2004	*яйцо вареное*	40	11,02	63	5,1	4,6	0,3
05.01.2005	*бутерброд с маслом*	35(15/20)	16,37	140,3	2,9	10,2	19,4
174,2017г	*каша молочная из рисовой крупы, с маслом*	157,5(152,5/5)	18,25	220,5	4,5	8,1	32,2
685,2004	*чай с джемом*	200	5,91	82	0,3		21,3
9.1.1.7	*яблоко*	1 шт.	30,52	94	0,8	0,8	19,6
			82,07				

1 - 4 классы							
	Горячее питание (обед)						
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
45,2004	*салат из белокачаной капусты*	60	2,44	52,8	0,8	3,1	5,3
140,2004	*суп картоф.с макарон.изд., зеленью*	250	7,55	120	2,9	2,5	21
155,2003	*жаркое по домашнему*	160(50/110)	61,59	243	16,4	12,6	16,1
685,2004	*чай с сахаром*	200	2,14	58	0,2		15
6.1.3.2.2	*батон*	40	4,60	104,8	3	1,2	20,6
6.3.5.3	*хлеб*	50	3,75	87	3,3	0,6	16,7
			82,07				

5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтрак 2						
337,2004	*яйцо вареное*	40	11,02	63	5,1	4,6	0,3
174,2017г	*каша молочная из рисовой крупы, с маслом*	210(200/10)	24,33	294	6	10,9	43
685,2004	*чай с джемом*	200	5,91	82	0,3		21,3
6.3.5.3	*хлеб*	30	2,25	69,6	2,6	0,5	13,4
9.1.1.7	*зефир*	1 шт.	16,49	45	0,9	0,1	9,5
			60,00				

5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Обед 2						
45,2004	*салат из белокачаной капусты*	100	4,07	88	1,4	5,1	8,9
140,2004	*суп картоф.с макарон.изд., зеленью*	250	7,55	120	2,9	2,5	21
155,2003	*жаркое по домашнему*	200(50/150)	64,84	303,7	20,5	15,8	20,1
686,2004	*чай с лимоном*	200	3,99	60	0,3		15,2
6.1.3.2.2	*батон*	20	2,30	52,4	1,5	0,6	10,3
6.3.5.3	*хлеб*	30	2,25	52,5	2	0,4	10
			85,00				

Свободный выбор			
	Наименование блюд	Цена	
	Холодное блюдо		
	винегрет овощной	1/100	10,10
	салат из белокачан.капусты	1/100	4,07
	I блюдо		
	суп картофельный с бобовыми, зеленью	1/250	8,86
	II блюдо		
	гуляш из говядины	125(50/75)	58,90
	III блюдо		
	Сок	1/200	23,93
	чай с джемом	1/200	5,91
	IV Гарнир		
	макароны отварные	1/150	8,90
	Выпечка		
	Ватрушка с мясным фаршем (грудка) с сыром	1/110	29,50
	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
01.12.2022 14:55 (MSK), Простая подпись