ИП Кузнецова Л.Б.

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

Меню по столовой МБОУ СОШ № 20
13 января 2023 года

1 - 4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Горячее питание (завтрак)						
337,2004	*яйцо вареное*	40	10,88	63	5,1	4,6	0,3
5.1.5.	*бутерброд с маслом*	40(20/20)	21,06	168,6	1,6	12,3	12,6
327,2003	*каша молочная Дружба с маслом*	160(150/10)	18,33	201,1	4,5	9,2	25,3
286,Пермь	*кофейный напиток с молоком*	200	6,87	118,7	2,8	3,2	19,7
6.3.5.3	*хлеб*	30	2,25	52,2	2	0,4	10
9.1.4.1	*апельсин*	30	29,49	38	0,8	0,2	7,5
			88,88				

1 - 4 классы							
	Горячее питание (обед)						
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
43.2004	*салат из белокачаной капусты*	60	2,51	52,8	0,8	3,1	5,3
138,2004	*суп картоф. с крупой (рис), зеленью*	250	7,47	122	1,8	5,2	16,5
256,2017	*мясо тушеное*	100(50/50)	57,57	225	15,2	17,4	2,6
516,2004	*макароны отварные*	150	8,90	244,5	5,1	9,2	34,2
699,2004	*напиток апельсиновый*	200	5,49	96	0,1		25,2
6.1.3.2.2	*батон*	*30*	*3,19*	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	*хлеб*	50	3,75	87	3,3	0,6	16,7
			88,88				

5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтрак 2						
337,2004	*яйцо вареное*	40	10,88	63	5,1	4,6	0,3
327,2003	*каша молочная Дружба с маслом*	210(200/10)	21,28	264	5,9	12	33,2
286,Пермь	*кофейный напиток с молоком*	200	6,87	118,7	2,8	3,2	19,7
6.3.5.3	*хлеб*	40	3,00	52,2	2	0,4	10
9.1.2.6	*сладости*	30	17,97	183	3	2,4	37,5
			60,00				

5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Обед 2						
43.2004	*салат из белокачаной капусты*	100	4,11	88	1,4	5,1	8,9
138,2004	*суп картоф. с крупой (рис), зеленью*	250	7,47	122	1,8	5,2	16,5
256,2017	*мясо тушеное*	100(45/55)	52,22	225	15,2	17,4	2,6
516,2004	*макароны отварные*	180	10,58	293,4	6,1	11	41
699,2004	*напиток апельсиновый*	200	5,49	96	0,1		25,2
6.1.3.2.2	*батон*	*20*	*2,13*	52,4	1,5	0,6	10,3
6.3.5.3	*хлеб*	40	3,00	69,6	2,6	0,5	13,4
			85,00				

Свободный выбор			
	Наименование блюд	Цена	
	Холодное блюдо		
	икра свекольная	1/100	8,46
	салат из белокачан.капусты	1/100	4,11
	икра морковная	1/100	8,68
	I блюдо		
	борщ с капустой,картоф., зеленью	1/250	10,33
	II блюдо		
	мясо (говядина) отварное	1/50	54,19
	жаркое по домашнему	200(64/136)	78,45
	III блюдо		
	Сок	1/200	23,93
	напиток апельсиновый	1/200	5,49
	IV Гарнир		
	рис отварной	1/150	13,43
	Выпечка		
	пирожное медовое		38,00
	слойка в ассортименте		33,00
	пирожное песочное		36,00

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
12.01.2023 15:17 (MSK), Простая подпись