ИП Кузнецова Л.Б.

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

Меню по столовой МБОУ СОШ № 20
09 марта 2023

1 - 4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Горячее питание (завтрак)						
3,2004	*бутерброд с сыром*	45(15/30)	16,90	118	5,8	4,7	12,9
174,2017	*каша молочная из рис.крупы с маслом*	157,5(152,5/5)	15,23	220,5	4,5	8,1	32,2
693,2004	*какао с молоком*	200	12,47	190	4,9	5	32,5
6.3.5.3	*хлеб*	20	1,50	34,8	1,3	0,2	6,7
11.1.1.16	*сок фруктовый*	200	23,93	92	1	0,2	20,2
6.1.3.2.17	*пряники (2шт.)*	70	18,85	256,2	0,4		48
			88,88				

1 - 4 классы							
	Горячее питание (обед)						
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
11,2003	*огурец свежий*	60	17,40	6,6	0,4	0,1	1,1
63,Пермь	*щи из свеж капусты с карт., зеленью*	250	9,95	107,8	2,1	6,3	10,6
294,2017	*биточки рубленные из птицы*	90	40,44	257,4	15,7	15,1	14,7
516,2004	*макароны отварные*	150	8,75	244,5	5,1	9,2	34,2
639,2004	*компот из сухофруктов*	200	7,91	124	0,6		31,4
6.1.3.2.2	*батон*	20	2,30	52,4	1,5	0,6	10,3
6.3.5.3	*хлеб*	30	2,13	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						
3,2004	*Бутерброд с сыром*	45(15/30)	16,90	118	5,8	4,7	12,9
174,2017	*каша молочная из рис.крупы с маслом*	210(205/5)	19,57	294	6	10,9	43
693,2004	*какао с молоком*	200	12,47	190	4,9	5	32,5
6.3.5.3	*хлеб*	25	1,63	43,5	1,6	0,3	8,4
6.1.3.2.17	*пряник (1шт.)*	35	9,43	128	0,2		24
			60,00				

5 - 11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг.ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
	Обед 2						
11,2003	*огурец свежий*	60	17,40	6,6	0,4	0,1	1,1
63,Пермь	*щи из свеж капусты с карт., зеленью*	250	9,95	107,8	2,1	6,3	10,6
294,2017	*биточки рубленные из птицы*	100	44,65	286	17,5	16,8	16,3
516,2004	*макароны отварные*	150	8,75	244,5	5,1	9,2	34,2
685,2004	*чай с сахаром*	200	2,12	58	0,2		15
6.3.5.3	*хлеб*	30	2,13	87	3,3	0,6	16,7
			85,00				

Свободный выбор			
	Наименование блюд	Цена	
	Холодное блюдо		
	салат из квашеной капусты	1/100	16,18
	винегрет овощной	1/100	9,89
	I блюдо		
	суп с клецками, картоф., зеленью	1/250	7,70
	II блюдо		
	плов из птицы		45,65
	III блюдо		
	сок	1/200	23,93
	напиток из сухофруктов	1/200	7,91
	IV Гарнир		
	рис отварной	*1/150*	*13,43*
	Выпечка		
	слойка в ассортименте		33,00
	Витаминный стол		
	Наименование блюд	Цена	
	морковь с сахаром	1/100	5,87
	Диетический стол		
	Наименование блюд	Цена	
	гречка отварная	1/150	13,49

Зав.производством_____ Бухгалтер _____

Школа Муниципальное бюджетное обц Отд./корп 1 День

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийнос	Белки	Жиры
Завтрак	гор.блюдо	174,2017	каша молочная из рис.крупы с маслом	157,5(150/	18,24	221	5	8
	гор.напито	693,2004	какао с молоком	200	12,47	190	5	5
	хлеб	6.3.5.3	хлеб	20	1,50	35	1	0
		3,2004	бутерброд с сыром	45(15/30)	13,89	118	6	5
		11.1.1.16	сок фруктовый	200	23,93	92	1	0
Завтрак 2	фрукты	6.1.3.2.17	пряники (2шт.)	70	18,85	256	0	0
Обед	закуска	11,2003	морковь с сахаром	60	2,43	31	1	0
	1 блюдо	63,Пермь	щи из свеж капусты с картоф, с зеленью	250	9,54	108	2	6
	2 блюдо	294,2017	биточки рубленные из птицы	90	43,99	257	16	15
	гарнир	516,2004	макароны отварные	160	9,41	260	5	60
	сладкое							
	хлеб бел.	6.1.3.2.2.	батон	40	4,60	79	2	1
	хлеб черн.	6.3.5.3.	хлеб	50	3,75	87	3	1
	гор.напито	639	компот из сухофруктов (курага)	200	15,16	124	1	0

четверг

Углеводы
32
33
7
13
20
48
7
11
15
37
15
17
31

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 20 Г. ПЕНЗЫ, Николаева Ирина Анатольевна, Директор
07.03.2023 14:13 (MSK), Сертификат E65E6DDC6619B8692C801FD0CA1F0D33