ИП Кузнецова Л.Б.

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

Меню по столовой МБОУ СОШ № 20
16 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
340,2004	***омлет натуральный***	**75**	**23,01**	149,3	7,5	12,5	1,4
104,Пермь	***каша гречневая с молоком***	**160**	**16,65**	192,1	6	6,4	27,4
286,Пермь	***кофейный напиток с молоком***	**200**	**6,74**	106,8	2,5	2,9	17,7
6.3.5.3	***хлеб***	**40**	**3,00**	69,8	2,6	0,5	13,4
9.1.4.7	***фрукт (по сезону)***	**100**	**22,58**	49,4	1	0,3	9,8
			88,88				
1 - 4 классы							
	Горячее питание (обед)						
№ рец.	**Наименование блюд**	**Выход**	**Цена**	**Энерг.ценность (ккал)**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**
71,2004	***винегрет овощной***	**60**	**5,95**	74,4	0,8	6,1	4,1
63,Пермь	***щи из свеж капусты с карт., зеленью***	**250**	**9,95**	107,8	2,1	6,3	10,6
688,1981	***тефтели из птицы с соусом***	**110(90/20)**	**42,82**	189	8,7	11	13,7
511,2004	***рис отварной***	**180**	**15,54**	273,6	4,5	7,4	46,3
631,2004	***компот из свежих яблок***	**200**	**7,85**	142	0,2	0	35,8
6.1.3.2.2	***батон***	**30**	**3,45**	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	***хлеб***	**45**	**3,32**	78,3	3	0,5	15
			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
340,2004	***омлет натуральный***	**70**	**21,54**	139,4	7	11,7	1,3
104,Пермь	***каша гречневая с молоком***	**130**	**13,52**	156,1	4,9	5,2	22,3
286,Пермь	***кофейный напиток с молоком***	**200**	**6,74**	106,8	2,5	2,9	17,7
6.3.5.3	***хлеб***	**25**	**1,30**	43,5	1,70,3	8,4	6,7
			60,00				
5 - 11 классы							
№ рец.	**Наименование блюд**	**Выход**	**Цена**	**Энерг.ценность (ккал)**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**
	Обед 2						
71,2004	***винегрет овощной***	**100**	**9,89**	124	1,4	10,1	6,8
63,Пермь	***щи из свеж капусты с карт., зеленью***	**250**	**9,95**	107,8	2,1	6,3	10,6
688,1981	***тефтели из птицы с соусом***	**110(80/30)**	**38,48**	189	8,7	11	13,7
511,2004	***рис отварной***	**180**	**15,54**	273,6	4,5	7,4	46,3
701,2004	***напиток яблочный***	**200**	**5,39**	102	0,1	0	26,4
6.1.3.2.2	***батон***	**30**	**3,45**	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	***хлеб***	**35**	**2,30**	60,9	2,3	0,4	11,7
			85,00				

Свободный выбор			
	Наименование блюд		**Цена**
	Холодное блюдо		
	Винегрет овощной	**1/100**	**9,89**
	салат из квашенной капусты	**1/100**	**16,18**
	I блюдо		
	суп молочный с пшеном	**1/250**	**14,39**
	II блюдо		
	жаркое по домашнему	**200(64/136)**	**78,45**
	III блюдо		
	сок	**1/200**	**23,93**
	напиток яблочный	**1/200**	**5,39**
	IV Гарнир		
	макароны отварные	***1/150***	***8,90***
	Выпечка		
	слойка в ассортименте		**33,00**
	пирожное медовое		**38,00**
	пирожное песочное		**36,00**

Витаминный стол			
	Наименование блюд		**Цена**
	яблоко печеное	**1/75**	**10,96**

Диетический стол			
	Наименование блюд		**Цена**
	гречка отварная	**1/150**	**13,45**

Зав.производством **Бухгалтер** _____

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 20 Г. ПЕНЗЫ, Николаева Ирина Анатольевна, Директор
15.03.2023 14:27 (MSK), Сертификат E65E6DDC6619B8692C801FD0CA1F0D33