ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 20 Г. ПЕНЗЫ, Николаева Ирина Анатольевна, Директор
Сертификат E65E6DDC6619B8692C801FD0CA1F0D33

ООО "ПЕНЗЕНСКИЙ КОМБИНАТ ПИТАНИЯ"

20.10.2025 (понедельник) ***Согласовано***
Директор _____

МЕНЮ НА 20.10.2025г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завт.11-18		
200	*№227 Каша манная молочная жидкая 1/200*	Калорийность-209, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31	
20	*№106 Сыр сычужный твердый порциями 1/20*	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5	
150	*№82 Фрукты свежие 1/150*	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	
200	*№462 Какао с молоком 1/200*	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
30	*№117 Батон нарезной 1/30*	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-15	
	Итого за Завт.11-18	Калорийность-517, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-75	***92-00***
	Завт.7-11		
150	*№227 Каша манная молочная жидкая 1/150*	Калорийность-157, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-23	
20	*№106 Сыр сычужный твердый порциями 1/20*	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5	
120	*№82 Фрукты свежие 1/120*	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	
200	*№462 Какао с молоком 1/200*	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
20	*№117 Батон нарезной 1/20*	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	
	Итого за Завт.7-11	Калорийность-462, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-67	***99-76***
	Обед 7-11		
60	*№2 Салат витаминный 1/60*	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
200	*№124 Суп картофельный 1/200*	Калорийность-136, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	
200	*№375 Плов из отварной птицы 1/200*	Калорийность-333, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-25	
200	*№349 Компот из смеси сухофруктов 1/200*	Калорийность-196, Белки-1, Углеводы-37	
25	*№115 Хлеб ржаной 1/25*	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
25	*№117 Батон нарезной 1/25*	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
	Итого за Обед 7-11	Калорийность-826, Белки-33, Жиры-29, Углеводы-99	***99-76***
	Обед 11-18		
100	*№2 Салат витаминный 1/100*	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	
250	*№124 Суп картофельный 1/250*	Калорийность-170, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-15	
250	*№375 Плов из отварной птицы 1/250*	Калорийность-319, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-32	
200	*№349 Компот из смеси сухофруктов 1/200*	Калорийность-196, Белки-1, Углеводы-37	
35	*№115 Хлеб ржаной 1/35*	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	
35	*№117 Батон нарезной 1/35*	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
	Итого за Обед 11-18	Калорийность-923, Белки-41, Жиры-36, Углеводы-120	***138-00***
	Итого за день	Калорийность-2 728, Белки-109, Жиры-99, Углеводы-361	

Ген.директор _____ Т.К.Корнаухов Повар _____ _____