Утверждаю:
ИП Ходаков Д.М.

«_____» _____2024 г.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №20

«_____» _____2024 г.

МЕНЮ

На 19 июля 2024 г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход 6-10 лет	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Яйцо вареное	1/40	12-96	5,10	4,60	0,30	63,00	Дели принт 2005-209
Икра кабачковая	100	16-42	1,40	4,80	8,50	83,00	Дели принт 2005-73
Чай с сахаром	200/15	2-13	0,10	0,00	15,00	60,00	Дели принт 2005-376
Хлеб пшеничный	30	1-88	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.
Хлеб ржаной	20	1-26	1,32	0,24	6,68	34,60	Пром.
Фрукты	204	22-51	0,80	0,00	25,20	104,00	Дели принт 2005-338
Йогурт 2,5 % жирности	1/125	24-88	4,90	6,20	21,20	240,00	Пром.
Итого	609	82-04	15,19	16,14	66,18	551,60	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Помидор свежий	60	9-20	0,72	0,12	2,76	15,60	Дели принт 2005-71
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной 15 % жирности	200/5	12-09	1,46	3,92	12,16	89,80	Дели принт 2005-84
Голубцы «Любительские» из мяса говядины	90	46-17	7,97	7,97	5,84	126,70	Сбор. Фирм. Блюд-131
Соус сметанный 15 % жирности с томатом	50	6-39	0,90	2,61	3,83	42,50	Дели принт 2005-331
Макаронные изделия отварные	150	9-95	5,40	6,30	36,60	225,00	Дели принт 2005-202
Компот из смеси сухофруктов	200	5-53	0,08	0,00	21,82	87,60	Дели принт 2005-349
Хлеб пшеничный	30	1-88	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.
Хлеб ржаной	20	1-26	1,32	0,24	6,68	34,60	Пром.
Итого	805	92-47	20,22	21,46	104,19	692,80	

Технолог Ходаков Дмитрий Михайлович

Калькулятор