

Согласовано:

ИП Ходаков Д.М.
« 19 » 2024г.

Ходаков Дмитрий Михайлович

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 20

« 19 » 2024г.

Подгорной

МЕНЮ

На 19 сентября 2024

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Овощи натуральные помидоры свежие	60	8-74	0,48	0,12	1,92	10,80	Могильный М.П.2005 №70/71
Рыба, тушеная в томате с овощами	90/50	41-88	12,74	6,72	6,72	138,60	Могильный М.П.2005 №229
Пюре картофельное	150	20-17	3,12	5,10	18,57	132,60	Могильный М.П.2005 №312
Компот из свежих плодов	200	5-50	0,16	0,00	29,00	133,60	Могильный М.П.2005 №342
Хлеб пшеничный	30	1-88	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.производства
Хлеб ржано-пшеничный	20	1-26	1,32	0,24	8,60	40,40	Пром.производства
	600	79-43	20,19	12,48	79,31	527,00	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Овощи отварные (морковь)	60	7-03	0,43	1,14	1,18	14,58	Здобнова А.И. 2005 № 700
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	6-84	2,12	2,22	19,38	106,00	Могильный М.П.2005 №103
Птица, тушеная в соусе сметанном 15% жирности	90/30	57-58	18,90	23,94	5,32	312,20	Могильный М.П.2005 №290/331
Каша рассычатая пшеничная	150	11-19	6,58	5,06	41,29	237,00	Могильный М.П.2005 №302
Чай с лимоном	200/15/7	3-64	2,00	0,00	16,00	65,00	Могильный М.П.2005 №377
Хлеб пшеничный	30	1-88	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.производства
Хлеб ржано-пшеничный	20	1-26	1,32	0,24	8,60	40,40	Пром.производства
	802	89-42	33,29	31,76	105,09	831,60	

Технолог:

Ходаков Дмитрий Михайлович

Калькулятор: