

Согласовано  
ИП Ходаков Д.М.  
« 07 » 11 2024  
Ходаков Дмитрий Михайлович

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 20  
« 07 » 11 2024г.

**МЕНЮ**  
На 07 ноября 2024  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
Овощи натуральные огурцы соленые	60	6-92	0,48	0,12	1,92	10,80	Могильный М.П.2005 №70/71
Рыба, тушеная в томате с овощами	90/50	44-45	12,74	6,72	6,72	138,60	Могильный М.П.2005 №229
Пюре картофельное	150	24-11	3,12	5,10	18,57	132,60	Могильный М.П.2005 №312
Компот из свежих плодов	200	4-73	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	83-35	20,19	12,48	79,31	527,00	
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
Овощи отварные (морковь)	60	4-65	0,43	1,14	1,18	14,58	Здобнова А.И. 2005 № 700
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7-77	2,12	2,22	19,38	106,00	Могильный М.П.2005 №103
Птица, тушеная в соусе сметанном 15% жирности	90/30	56-40	18,90	23,94	5,32	312,20	Могильный М.П.2005 №290/331
Каша рассыпчатая пшеничная	150	12-03	6,58	5,06	41,29	237,00	Могильный М.П.2005 №302
Чай с лимоном	200/15/7	3-69	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	87-68	33,29	31,76	105,09	831,60	

Технолог:  Ходаков Дмитрий Михайлович

Калькулятор: 