

Согласовано:  
ИП Холаков Д.М.  
« 10 » Октябрь 2024г.

  
Холаков Дмитрий Михайлович

Утверждаю: 10 Октябрь 2024г.  
Директор МБОУ СОШ № 20  
« 10 » Октябрь 2024г.



## МЕНЮ

На 10 октября 2024

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
Каша пшеничная молочная жидкая	200/5	21-64	5,85	7,42	26,93	200,17	Перевалов А.Я. 2012-282
Чай с лимоном	200/15/7	3-92	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
Йогурт 2,5 % жирности	1/125	28-60	4,90	6,20	21,20	240,00	Пром.производства
Итого	582	56-04	12,75	13,62	64,13	505,17	
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
Суп-лапша домашняя	200	4-23	1,77	4,05	9,54	81,80	Злобнов А.И. – 218№1066
Птица отварная	100/5	58-13	19,26	17,10	1,26	235,80	Могильный М.П.2005 №288
Пюре из бобовых с маслом	150	13-43	13,20	7,50	43,05	292,50	Могильный М.П.2005 №199
Компот из свежих плодов	200	4-96	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-пшеничная	20	1-26	1,32	0,24	8,60	40,40	Пром.производства
Итого	705	83-89	38,08	29,19	105,95	855,1	

Технолог:

  
Холаков Дмитрий Михайлович

Калькулятор:

