



Согласовано:

ИП Ходаков Д.М.

« » 2024г.



Утверждаю

Директор МБОУ СОШ № 20

« » 2024г.

МЕНЮ

На 11 декабря 2024

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углево- ды	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Тефтели 2-ой вариант	90	73-37	10,69	15,53	15,91	245,63	Могильный М.П.2005 №279
Соус сметанный 15% жирности	30	3-60	0,54	1,57	2,29	25,50	Могильный М.П.2005 №331
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	12-72	5,40	6,30	36,60	225,00	Могильный М.П.2005 №203
Кисель из яблок	200	7-03	0,12	0,00	30,12	121,00	Могильный М.П.2005 №352
Хлеб пшеничный	30	1-95	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.производства
Хлеб ржано-пшеничный	20	1-30	1,32	0,24	8,60	40,40	Пром.производства
	535	99-97	20,44	23,94	108,02	728,53	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Овощи натуральные огурцы соленые	60	5-49	0,48	0,12	1,92	10,80	Могильный М.П.2005 №70/71
Щи из свежей капусты с картофелем	200/5	9-68	1,28	3,94	9,20	117,40	Могильный М.П.2005 №88
Биточки рыбные	90/5	39-93	13,32	16,92	10,44	246,60	Могильный М.П.2005 №234
Каша рассыпчатая пшеничная	150	12-54	6,58	5,06	41,29	237,00	Могильный М.П.2005 №302
Чай с сахаром	200/15	1-87	0,10	0,00	15,00	60,00	Могильный М.П.2005 №376
Хлеб пшеничный	30	1-95	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.производства
Хлеб ржано-пшеничный	20	1-30	1,32	0,24	8,60	40,40	Пром.производства
	775	72-76	24,97	26,46	99,03	772,40	

Технолог:

Ходаков Дмитрий Михайлович
Ходаков Дмитрий Михайлович

Калькулятор:

[Signature]



 Согласовано:

 ИП Ходаков Д.М.

 « » 2024г.



 Директор МБОУ СОШ № 20

 Подпись: _____

 2024г.

МЕНЮ
 На 12 декабря 2024
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Каша пшеничная молочная жидкая	200/5	23-34	5,85	7,42	26,93	200,17	Перевалов А.Я. 2012-282
Чай с лимоном	200/15/7	4-69	2,00	0,00	16,00	65,00	Могильный М.П.2005 №377
Хлеб пшеничный	30	1-95	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	58-58	12,75	13,62	64,13	505,17	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Суп-лапша домашняя	200	4-46	1,77	4,05	9,54	81,80	Здобнов А.И. – 218№1066
Птица отварная	100/5	70-05	19,26	17,10	1,26	235,80	Могильный М.П.2005 №288
Пюре из бобовых с маслом	150	14-03	13,20	7,50	43,05	292,50	Могильный М.П.2005 №199
Компот из свежих плодов	200	7-28	0,16	0,00	29,00	133,60	Могильный М.П.2005 №342
Хлеб пшеничный	30	1-95	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.производства
Хлеб ржано-пшеничная	20	1-30	1,32	0,24	8,60	40,40	Пром.производства
Итого	705	99-07	38,08	29,19	105,95	855,1	

Технолог:

Калькулятор:



 Ходаков Дмитрий Михайлович