

Согласовано:
ИП Ходаков Д.М.

« 2025г.
Ходаков Дмитрий Михайлович



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №20
« 2025г.
Подпись



МЕНЮ
На 12 марта 2025
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Тефтели 2-ой вариант	90	78-63	10,69	15,53	15,91	245,63	Могильный М.П.2005 №279
Соус сметанный 15% жирности	30	3-57	0,54	1,57	2,29	25,50	Могильный М.П.2005 №330
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	8-89	5,40	6,30	36,60	225,00	Могильный М.П.2005 №203
Компот из лимонов	200	7-71	0,08	0,09	27,08	108,6	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
	525	102-05	20,40	24,03	104,98	716,13	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Щи из свежей капусты с картофелем	200/5	11-93	1,28	3,94	9,20	117,40	Могильный М.П.2005 №88
Котлеты рыбные любительские	90/5	37-94	13,32	16,92	10,44	246,60	Перевалов А.Я. 2021 - 308
Каша рассыпчатая пшеничная	150	9-54	6,58	5,06	41,29	237,00	Могильный М.П.2005 №302
Чай с сахаром	200/15	2-05	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
	715	64-71	24,97	26,46	99,03	772,40	

Технолог:

Ходаков Дмитрий Михайлович

Калькулятор:

Согласовано:
ИП Ходаков Д.М.



2025г.

Ходаков Дмитрий Михайлович

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №20



2025г.

МЕНЮ

На 13 марта 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Яйцо варёное	40	14-08	5,10	4,60	0,30	63,00	Могильный М.П.2005 №209
Чай с лимоном	200/15/7	4-35	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
Икра свекольная	1/160	19-30	3,45	10,20	23,10	198,00	Пром.производства
Фрукты яблоки	1/100	14-30	0,40	0,40	9,80	44,00	Могильный М.П.2005 №338
Итого	552	53-98	9,87	5,30	40,60	243,00	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Суп-лапша домашняя	200	4-55	1,77	4,05	9,54	81,80	Здобнов А.И. – 218№1066
Птица отварная	100/5	49-05	19,26	17,10	1,26	235,80	Могильный М.П.2005 №288
Пюре из бобовых с маслом	150/5	11-06	13,20	7,50	43,05	292,50	Могильный М.П.2005 №199
Компот из свежих плодов	200	8-90	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	700	76-81	38,08	29,19	105,95	855,10	

Технолог:

Ходаков Дмитрий Михайлович

Калькулятор: