



Ходаков Дмитрий Михайлович

Согласовано:  
ИП Ходаков Д.М.

2025г.



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ №20  
Павлов Д.М. 2025г.

## МЕНЮ

На 30 января 2025

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
Яйцо варёное	40	16-16	5,10	4,60	0,30	63,00	Могильный М.П.2005 №209
Чай с лимоном	200/15/7	3-75	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	19-27	3,45	10,20	23,10	198,00	Пром.производства
Фрукты яблоки	1/120	13-26	0,40	0,40	9,80	44,00	Могильный М.П.2005 №338
Итого	552	54-39	9,87	5,30	40,60	243,00	
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
Суп-лапша домашняя	200	4-54	1,77	4,05	9,54	81,80	Здобнов А.И. – 218№1066
Птица отварная	100/5	47-80	19,26	17,10	1,26	235,80	Могильный М.П.2005 №288
Пюре из бобовых с маслом	150/5	11-05	13,20	7,50	43,05	292,50	Могильный М.П.2005 №199
Компот из свежих плодов	200	7-39	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	74-03	38,08	29,19	105,95	855,10	

Технолог:

Калькулятор:

  
Ходаков Дмитрий Михайлович