

«Утверждаю»
ИП Яркова Н. В.

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 2

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 2

на 20 октября 2021 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов с м/растит	75	12-09	1,0	5,1	3,5	49,2	
Суфле рыбное	90	29-72	12,8	9,0	3,9	147,8	№400-2004
Пюре картофельное	150	17-30	3,3	4,4	23,5	147,0	№520-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	20-80	0,5	0,0	34,0	138,0	№518-2013
Яблоко	130	16-06	0,6	0,5	19,9	86,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	20	2-08	1,0	0,3	8,1	38,9	
Хлеб «Славянский» ржаной	20	1-95	0,7	0,1	9,4	41,3	
Итого:		100-00	19,9	19,4	102,3	648,7	

Горячий завтрак с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгари́ровка)	29	3-67	0,6	0,1	1,5	6,75	№15-2011
Суфле рыбное	90	29-72	12,8	9,0	3,9	147,8	№400-2004
Пюре картофельное	180	21-78	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	20-80	0,5	0,0	34,0	138,0	№518-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	20	2-08	1,0	0,3	8,1	38,9	
Хлеб «Славянский» ржаной	20	1-95	0,7	0,1	9,4	41,3	
Итого:		80-00	19,5	15,4	83,6	548,25	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Икра кабачковая (подгари́ровка)	34	4-75	0,8	2,7	3,3	40,7	№101-2004
Борщ «Украинский» с мясом со сметаной	250/10/5	24-32	4,9	5,9	19,7	151,5	№113-2004
Бефстроганов из говядины	100	47-91	12,5	10,9	5,6	170,5	№423-2004
Рис припущенный «Мозайка»	150	22-61	2,7	5,8	31,6	189,4	№416-2013
Компот из ягод вишня	200	6-89	0,5	0,2	28,1	116,2	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	30	3-12	1,0	0,3	8,1	38,9	
Итого:		109-60	22,4	25,8	96,4	707,2	

Зав. производством: _____
Калькулятор: _____
Мед. работник: _____
Ответственный за питание: _____