

«Утверждаю»

ИП Яркова Н.В.

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 2

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 2

на 21 января 2022 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	50	11-26	0,37	0,06	0,94	5,6	
Биточки, рубленые из птицы запеченные с маслом	90.5	28-20	11,4	15,2	11,2	227,2	№498-2004
Рис припущенный	150	12-68	3,7	3,6	29,7	166,0	№512-2004
Чай «Витаминный»	200	8-36	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013
Мандарин	90	17-55	0,2	0,3	8,6	37,9	№458-2008
Хлеб «Славянский» ржаной	20	1-95	0,7	0,1	9,4	41,3	
Итого:		80-00	17,07	19,36	79,64	560,9	

Горячий завтрак с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	28,6	6-44	0,21	0,04	0,54	3,22	
Биточки, рубленые из птицы запеченные с маслом	100.5	30-57	12,6	16,5	12,4	248,5	№498-2004
Рис припущенный	180	15-13	4,4	4,3	35,0	196,8	№512-2004
Чай «Витаминный»	200	8-36	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013
Мандарин	90	17-55	0,2	0,3	8,6	37,9	№458-2008
Хлеб «Славянский» ржаной	20	1-95	0,7	0,1	9,4	41,3	
Итого:		80-00	18,81	21,34	85,74	610,62	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Салат из свежих помидор с м/растит	77	27-94	1,0	5,1	3,5	63,88	
Суп с крупой с курицей	250/10	16-16	6,5	6,4	20,1	164,0	№138-2004
Котлета рыбная запеченная	90	24-45	9,3	8,3	11,6	158,3	№388-2004
Картофель толченный, по-деревенски	150	26-45	3,4	5,8	29,4	183,5	№208-2013
Компот из свежих яблок	200	8-49	0,2	0,0	20,6	83,2	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	40	4-16	2,0	0,6	16,2	77,8	
Хлеб «Славянский» ржаной	20	1-95	0,7	0,1	9,4	41,3	
Итого:		109-60	23,1	26,3	110,8	771,98	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание: