

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 2



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 2

на 22 декабря 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	61	12-98	0,5	0,1	1,3	7,9	№70-2006
Минтай, запеченный с яйцом	90	32-85	13,0	8,9	8,2	164,9	№341-2013
Пюре картофельное	150	17-59	3,3	4,4	23,5	147	№520-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	21-45	0,5	0,0	34,0	138,0	
Кондитерское изделие «Джетс»	42	12-22	1,0	9,7	28,1	205,8	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	20	2-28	1,0	0,3	8,1	38,9	
Хлеб «Славянский» ржаной	20	2-08	0,7	0,1	9,4	41,3	
Мандарин	220	51-05	1,8	0,4	16,5	83,6	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	2/95	50-70	3,6	3,0	9,0	77,4	
Коктейль молочный	200	46-80	5,8	8,6	25,0	193,2	
Итого:		250-00	31,2	35,5	163,1	1098,0	

Горячий завтрак с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Минтай, запеченный с яйцом	86	31-59	12,4	8,5	7,8	157,6	№341-2013
Пюре картофельное	180	22-60	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	21-45	0,5	0,0	34,0	138,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	20	2-28	1,0	0,3	8,1	38,9	
Хлеб «Славянский» ржаной	20	2-08	0,7	0,1	9,4	41,3	
Итого:		80-00	18,5	14,8	86,0	551,3	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки,г	Жиры,г	Угл, г	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Салат картофельный с кукурузой	80	17-26	2,8	5,1	7,8	88,3	№65-2013
Суп харчо с мясом	250/12	25-87	7,4	5,5	22,0	167,1	№154-1996
Грудка куриная тушеная с капустой	200	50-23	12,5	20,5	18,4	308,1	№365-2013
Компот из свежих яблок	200	9-60	0,2	0,0	20,6	83,2	№585-1996
Хлеб «Рябинушка» йодированный	40	4-56	2,0	0,6	16,2	77,8	
Хлеб «Славянский» ржаной	20	2-08	0,7	0,1	9,4	41,3	
Итого:		109-60	25,6	31,8	94,4	765,8	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание: