



Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 2

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 14



на 26 декабря 2022 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет 1 смена

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшенная жидкая с маслом	200/5,6	26-69	4,8	6,9	28	193,3	№311-2004
Кондитерское изделие	40	15-73	1,8	2,5	32	157,7	
Кофейный напиток	200	12-23	2,3	2,5	14,8	90,9	№690-2004
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	25-35	1,8	1,5	4,5	38,7	
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	
Сок в индивидуальной упаковке	600	68-90	1,25	0,0	85,0	345,0	
Пюре фруктовое	180	96-74	0,2	0,02	28,8	115,2	
Итого:		250-00	13,85	13,82	210,6	1021,0	

Горячий завтрак с 7 до 11 лет 2 смена

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Яйцо вареное	40	12-16	5,1	4,6	0,3	63,0	№300-2013
Котлета «Школьная»	94	53-75	11,3	9,8	11,9	181,0	№59-2006
Каша гречневая вязкая отварная	150	11-86	1,7	4,5	24,3	148,6	№510-2004
Чай с сахаром	200	2-23	0,2	0,0	15,0	60,8	№685-2004
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	
Сок в индивидуальной упаковке	600	68-90	1,25	0,0	85,0	345,0	
Пюре фруктовое	180	96-74	0,2	0,02	28,8	115,2	
Итого:		250-00	21,45	19,32	182,8	993,8	

Горячий завтрак с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшенная жидкая с маслом	200/4,1	24-41	4,8	6,9	28	193,3	№311-2004
Кондитерское изделие	40	15-73	1,8	2,5	32	157,7	
Кофейный напиток	200	12-23	2,3	2,5	14,8	90,9	№690-2004
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	25-35	1,8	1,5	4,5	38,7	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	20	2-28	1,0	0,3	8,1	38,9	
Итого:		80-00	11,7	13,7	87,4	519,5	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	80	8-49	1,2	4,0	2,9	52,4	№4/1- 2011
Суп сырный со сметаной	250,5	30-95	7,7	9,7	18,7	192,9	№12/2- 2011
Курица, в соусе с томатом	100	36-33	14,1	15,6	1,8	204,0	№405-2013
Пюре картофельное	150	17-59	3,3	4,4	23,5	147	№520-2004
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	29,2	34,4	93,1	798,6	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание: