

Утверждаю:
ИП Ходаков Д.М.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 20

«15» июня 2023 г.
Ходаков Дмитрий Михайлович
Ходаков
Дмитрий
Михайлович

«15» июня 2023 г.
Подгёрной

МЕНЮ

На 15 июня 2023г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Запеканка из творога	150/15	75-87	31,5	12,6	49,5	435	Дели принт 2005-223
Какао с молоком	200	10-17	3,76	3,2	26,74	150,8	Дели принт 2005-382
Булочка «Веснушка»	100	4-46	7,8	6,12	53,86	302	
Фрукты апельсины	1/350	73-34	0,8	0	25,2	104	Дели принт 2005-338
Итого	665	163-84	43,86	21,92	155,3	991,8	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Помидор свежий	60	13-49	0,48	0	2,04	9,6	Дели принт 2005-71
Суп картофельный с бобовыми(горох)	250	7-13	5,08	5,35	23,85	163,75	Дели принт 2005-102
Плов из птицы	90/150	50-93	23,36	27,04	38,24	489,6	Дели принт 2005-291
Компот из смеси сухофруктов	200	4-01	0,08	0	21,82	87,6	Дели принт 2005-349
Хлеб пшеничный	30	1-52	2,37	0,3	14,5	71	Пром.
Хлеб ржаной	20	1-10	1,32	0,24	6,68	34,6	Пром.
Итого	800	78-18	32,69	32,93	107,13	856,15	

Технолог

Калькулятор