

20
Утверждаю:
ИП Ходаков Д.М.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 20



МЕНЮ

На 23 июня 2023г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Огурец свежий	60	9-62	0,48	0	2,04	9,6	Дели принт 2005-71
Биточки рыбные	90/5	29-37	13,32	16,92	10,44	224,66	Дели принт 2005-234
Каша рассыпчатая с овощами	180	15-35	4,2	4,49	41,63	223,2	Дели принт 2012-166
Чай с лимоном	200/15/7	3-00	0,2	0	16	65	Дели принт 2005-377
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.
Сок фруктовый	200	24-79	1	0	24,4	101,6	Пром.
Итого	807	84-75	21,89	21,95	91,29	628,06	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Икра морковная	60	8-61	1,26	4,08	8,28	75	Дели принт 2005-75
Суп картофельный с бобовыми(горох)	250	9-12	5,08	5,35	23,85	163,75	Дели принт 2005-102
Рагу из птицы	90/150	59-77	18,38	22,22	25,1	374,4	Дели принт 2005-289
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.
Сок фруктовый	200	24-79	1	0	24,4	101,6	Пром.
Фрукты бананы	1/330	69-10	0,8	0	25,2	104	Дели принт 2005-338
Итого	1167	174-01	29,41	32,19	102,81	820,35	

Технолог

Калькулятор