

Утверждаю:
ИП Ходаков Д.М.



« _____ »

2023 г.

Ходаков Дмитрий Михайлович

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 10



« _____ » 2023 г.

МЕНЮ

На 29 июня 2023г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Каша жидкая молочная манная	200/5	13-98	6	3	43,4	225	Дели принт 2005-181
Кофейный напиток с молоком	200	10-76	3,58	2,68	28,34	151,8	Дели принт 2005-379
Ватрушка с повидлом	100	8-89	6,37	4,26	63,03	317,14	А.И. Здобнова -1058
Йогурт 2,5 % жирности	1/125	24-31	4,9	6,2	21,2	240	Пром.
Итого	630	57-94	20,85	16,14	155,97	933,94	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Помидор свежий	60	13-49	0,72	0,12	2,76	15,6	Дели принт 2005-71
Суп картофельный с бобовыми(горох)	250	9-12	5,08	5,35	23,85	163,75	Дели принт 2005-102
Птица, тушеная в соусе	90/50	48-44	18,9	23,94	5,32	312,2	Дели принт 2005-290/331
Макаронные изделия отварные	180	9-71	6,48	0,72	43,92	208,8	Дели принт 2005-202
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	0	24,4	101,6	Пром.
Итого	880	108-17	35,87	30,67	121,43	907,55	
Всего		166-11					

Технолог

Калькулятор