Согласовано:
ИП Ходаков Д.М.
«____» _____ 2023г.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 20
«07» декабря 2023г.

# МЕНЮ

**На 07 декабря 2023**

*ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!*

| Наименование блюд | Выход 7-11 лет | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК** | | | | | | | |
| Горошек овощной отварной с маслом | 60/5 | 15-21 | 1,86 | 2,64 | 3,9 | 46,8 | Дели принт 2005-131 |
| Рыба, тушенная в томате с овощами | 90/50 | 41-65 | 12,74 | 6,72 | 6,72 | 138,6 | Дели принт 2005-229 |
| Пюре картофельное | 150 | 13-24 | 3,12 | 5,1 | 18,57 | 132,6 | Дели принт 2005-312 |
| Компот из свежих плодов | 200 | 5-90 | 0,16 | 0 | 29,0 | 133,6 | Дели принт 2005-342 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1-69 | 2,37 | 0,3 | 14,5 | 71,0 | Пром. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1-21 | 1,32 | 0,24 | 8,6 | 40,4 | Пром. |
| | 605 | 78-90 | 21,57 | 15,0 | 81,29 | 563 | |
| | | | | | | | |
| Сок фруктовый | 200 | 31-22 | 1 | 0 | 24,4 | 101,6 | ДеЛи принт 2005 г.-389 |
| | | | | | | | |
| **ГОРЯЧИЙ ОБЕД** | | | | | | | |
| Овощи натуральные соленые помидоры | 60 | 9-04 | 0,48 | 0,12 | 1,92 | 10,8 | Дели принт 2005-70/71 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 6-18 | 2,12 | 2,22 | 19,38 | 106,0 | Дели принт 2005-103 |
| Голубцы ленивые | 90 | 31-21 | 3,6 | 5,1 | 20,33 | 141,5 | Дели принт 2012-298 |
| Соус сметанный с томатом | 30 | 3-68 | 0,54 | 1,57 | 2,29 | 25,5 | Дели принт 2012-331 |
| Каша рассыпчатая пшеничная | 150 | 8-08 | 6,58 | 5,06 | 41,29 | 237,0 | Дели принт 2005-302 |
| Чай с лимоном | 200/15/7 | 3-82 | 2,0 | 0 | 16,0 | 65,0 | Дели принт 2005-377 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1-69 | 2,37 | 0,3 | 14,5 | 71,0 | Пром. |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1-21 | 1,32 | 0,24 | 8,6 | 40,4 | Пром. |
| | 802 | 64-91 | 33,77 | 31,88 | 107,01 | 842,4 | |
| | | | | | | | |
| Сок фруктовый | 200 | 31-22 | 1 | 0 | 24,4 | 101,6 | ДеЛи принт 2005 г.-389 |
| | | | | | | | |

**Технолог:** Ходаков Дмитрий Михайлович **Калькулятор:**