Согласовано:
ИП Ходаков Д.М.
«_____» _____2023г.

Ходаков Дмитрий Михайлович

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

МЕНЮ

На 14 декабря 2023

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Каша пшенная молочная жидкая	200/5	16-48	7,79	9,89	35,91	266,89	Перевалов А.Я. 2012-282
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.
Йогурт 2,5 % жирности	1/125	24-88	4,9	6,2	21,2	240,0	Пром.
Итого	582	46-87	17,06	16,39	87,61	642,89	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Овощи натуральные огурцы сол	60	9-04	0,48	0,12	1,92	10,8	Дели принт 2005-70/71
Суп-лапша домашняя	200	4-02	1,77	4,05	9,54	81,8	Здобнов А.И. – 218
Птица отварная	90/5	55-89	19,26	17,1	1,26	235,8	Дели принт 2005-288
Пюре из бобовых с маслом	150/5	8-51	13,2	7,5	43,05	292,5	Дели принт 2005-199
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-пшеничная	20	1-21	1,32	0,24	8,6	40,4	Пром.
Итого	760	86-26	38,56	29,31	107,87	865,9	

Ходаков Дмитрий Михайлович

Технолог:

Калькулятор: