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

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №20
«29» сентября 2023г.

# МЕНЮ

**На 29 сентября 2023**

*ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!*

| Наименование блюд | Выход 7-11 лет | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК** | | | | | | | |
| Кукуруза отварная с маслом | 60/5 | 18-81 | 1,32 | 1,88 | 5,4 | 43,99 | Дели принт 2005-133 |
| Котлета рубленная из бройлер-цыплят | 90/5 | 49-49 | 13,68 | 20,34 | 13,32 | 291,6 | Дели принт 2005-295 |
| Рис отварной | 150/5 | 12-68 | 3,77 | 6,11 | 41,4 | 235,65 | Дели принт 2005-304 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 5-08 | 0,08 | 0 | 21,82 | 87,6 | Дели принт 2005-349 |
| 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. |
| Итого | 565 | 88-96 | 22,54 | 28,87 | 105,04 | 770,24 | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| **ГОРЯЧИЙ ОБЕД** | | | | | | | |
| Овощи натуральные | 60 | 6-89 | 0,48 | 0,12 | 1,92 | 10,8 | Дели принт 2005-70/71 |
| Суп картофельный с клецками | 200 | 7-08 | 4,18 | 5,02 | 23,2 | 175,8 | Дели принт 2005-108/109 |
| Рыба, тушенная в томате с овощами | 90/50 | 39-90 | 12,74 | 6,72 | 6,72 | 238,6 | Дели принт 2005-229 |
| Пюре картофельное | 150 | 12-03 | 3,12 | 5,1 | 18,57 | 132,6 | Дели принт 2005-312 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 2-01 | 0,1 | 0 | 15,0 | 60,0 | Дели принт 2005-376 |
| 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. |
| Итого | 815 | 70-81 | 24,31 | 17,50 | 88,51 | 729,2 | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

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