

Меню
1-4 классы

Утверждено
Директор
г. Ставрополь
МБОУ СОШ № 20
г. Ставрополь
День 1

Школа МБОУ СОШ № 20 Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	гастрономия	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1	
	гастроном	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9	54	3,5	4,4	0	
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	200/10	20,6	212,4	6,8	10,1	25,6	
			СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	19,55	83,4	1	0,2	19,6	
			3 блюдо							
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25	
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2	
	фрукты		ЯБЛОКО свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
			Итого за прием пищи:	685	82,5	731,2	20,25	24,65	105,45	
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	3,1	9,6	0,6	0,1	1,5	
			Суп из овощей со сметаной	250/10	5,69	91	3	4,2	10,2	
	1 блюдо	99	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	90/70	38	268	12,8	14,3	16,8	
			Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	6,46	336,1	10,6	11,5	47,8	
	гарнир	171	Компот из сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2	
	3 блюдо	342	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25	
			ЯБЛОКО свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
	фрукты			Итого за прием пищи:		82,5	1131,2	36,05	33,05	163,55
	Итого за день			Всего за день:	1795	165	1862,4	56,3	57,7	269

2015 год. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.

Зав.производством
Экономист по ценам Л.А. Миргородская



5-11 классы льготной
каatering

Утверждено
Директор



Школа МБОУ СОШ № 20 Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калоричность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	220/20	10	208,9	6,6	7,9	27,9
		гастрономия № 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8	75	0,1	8,3	0,1
	гастрономия № 15	СЫР РОССИЙСКИЙ	15	9	54,5	3,5	4,5	0	
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
	Хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	3 блюдо	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4	59,9	0,3	0,7	14,7
	фрукты		ЯБЛОКО СЕЗОННОЕ КАЛИБРОВАННОЕ 1 шт.	200	5	73	0,7	0,7	14,7
			Итого за прием пищи:	752	38,5	574,2	16,3	21,5	79,1
Обед	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие огурцы	100	4	13,6	0,8	0,1	2,4
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	5	84,7	1,8	4,3	9,9
	2 блюдо	278	Тефтели рубленные из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	100/60	26,35	206,3	12,6	12,2	12,8
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	180	5	301,8	10,2	8,3	46,5
	3 блюдо	346	Компот из свежих яблок	200	4,15	108,5	0,2	0,2	26,7
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	4	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129,00	4,3	1,65	21,3
			Итого за прием пищи:	1000	47	1030,4	33,1	26,1	167,3
	Итого за день		Всего за день:	1752	85,5	1604,6	49,4	47,6	246,5

2015 год. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.

Зав. производством
Экономист по ценам Л.А. Миргородская



для детей участников
СВВ

Утверждено
Директор

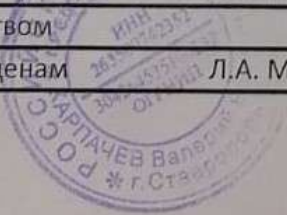


Школа МБОУ СОШ № 20 Отд./корп 2 корпус День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	гастрономия	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1	
	гастроном	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9	54	3,5	4,4	0	
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	220/10	24,16	212,4	6,8	10,1	25,6	
			СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	20,8	83,4	1	0,2	19,6	
			3 блюдо							
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25	
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2	
	фрукты		ЯБЛОКО свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
		Итого за прием пищи:	705	88,66	731,2	20,25	24,65	105,45		
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	7,35	12	0,1	0,1	1,9	
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	5,85	91	3	4,2	10,2	
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	100/80	38,86	268	12,8	14,3	16,8	
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	200	6	336,1	10,6	11,5	47,8	
	3 блюдо	342	Компот из сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1	
		хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
		хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25
		фрукты		ЯБЛОКО свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
				Итого за прием пищи:	1190	88,66	1133,6	35,55	33,05	163,95
		Итого за день		Всего за день:	1895	177,32	1864,8	55,8	57,7	269,4

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.

Зав.производством
Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Меню
1-4 классы льготной
категории

Утверждено
Директор



Школа

МБОУ СОШ № 20

Отд./корп

2 июля

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	4	9,6	0,6	0,1	1,5
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	5	91	3	4,2	10,2
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	90/70	26,5	268	12,8	14,3	16,8
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	5	336,1	10,6	11,5	47,8
	3 блюдо	342	Компот из сухофруктов	200	4	111,1	0,2	0,2	27,1
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
			Итого за прием пищи:	1110	47	1061,7	35,45	32,45	148,85
	гастрогония	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
Полдни	горячее	204	Макароны отварные с маслом сливочным	197/8/32	22,1	267,5	10,8	12	27,2
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	5	103,5	3,1	2,4	17,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
			Итого за прием пищи:	547	38,5	682,9	22,25	23,75	89,95
			Итого за день						
			Всего за день:	1795	85,5	1744,6	57,7	56,2	238,8

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях
под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.

Зав. производством

Экономист по ценам

Л.А. Миргородская

