

Меню 1-4 классы

Утверждено
Директор



Трушкин

Школа		Отд./корп							
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Велки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	200/80	43,46	416,3	27,3	25,4	69,3
	Каши молочн	222				134	2,9	2,5	24,8
	3 блюдо	382	Какао с молоком	200	5,34	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	66	0,1	7,2	0,1
гастроном	№ 14		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	96,2	4,4	3	6,5
			БИОИГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	20,3				
		кисл/молочн	Итого за прием пищи:	715	82,5	958,4	42,95	40,25	146,15
Обед	овощи свеж	71	Огурцы свежие	60	4,48	9,6	0,6	0,1	1,5
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	217,5	5,6	5,4	17,5
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплятс маслом сливочным	90/9	39,57	217,8	14,1	18,4	15,7
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	180	5,6	217,8	6,9	7,3	25,2
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	1039	82,5	1089,2	36,25	34,15	147,15
	Итого за день		Всего за день:	1754	165	2047,6	79,2	74,4	293,3

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



Меню 1-4 класс
льготной категории

Утверждено
Директор



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы	
Обед	овощи свеж	71	Огурцы свежие	60	4	9,6	0,6	1,5	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	217,5	5,6	17,5	
			Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	90/9	28,4	217,8	14,1	18,4	
	2 блюдо	295	Макаронь отварные с маслом сливочным	180	4,5	217,8	6,9	7,3	
			Компот из смеси сухофруктов	200	4	111,1	0,2	0,2	
	3 блюдо	342	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	
	Итого за прием пищи:				889	47	1019,7	35,65	132,45
	Полдник	гастроном	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2
				Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	200/10	22,1	210,3	6,6	9,7
горячее		183	Кофейный напиток с молоком	200	5	103,5	3,1	2,4	
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	
3 блюдо		379	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	
			Итого за прием пищи:	520	38,5	625,7	18,05	21,45	
Итого за день:					85,5	1645,4	53,7	55	

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 Е. Л.А. Миргородская



Меню 5-11 класс
 мясной кашпорией



Труженик

Школа МБОУ СОШ № 20 Отд./корп _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак								
	гастроном	15	Сыр Российский	15	9	54,5	3,5	4,5
			Масло сливочное	10	8,9	75	0,1	8,3
	гастроном	14	"Крестьянское" 72,5%					
			Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	220/20	13,1	296,3	6	7,2
	Каши молочн	222						52
			Кофейный напиток с молоком	200	5	97,9	2,9	2,1
	3 блюдо	379						16,7
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4
		Итого за прием пищи:	545	38,5	793,5	18,6	22,8	
Обед								
	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие огурцы	100	4	13,6	0,8	0,1
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	131,7	4,8	5,4
	2 блюдо	295	Биточки рубленные из филе птицы с маслом сливочным	100/10	27,9	287,8	15,7	193,5
	гарнир	203	Макароны отварные	180	5	200	6,5	0,8
				200	4	115	0,2	0,1
	3 блюдо	342	Компот из свежих яблок					
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6
			Итого за прием пищи:	920	47	1058,2	35,2	26,8
Итого за день		Всего за день:	1445	85,5	1851,7	49,7	49,6	

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
СВО

Утверждено
Директор
МБОУ СОШ № 20
г. Ставрополь
2015
День 3

Школа		МБОУ СОШ № 20		Отд./корп					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каши молочн	222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	220/80	40,61	535	27,3	25,4	69,3
	3 блюдо	382	Какао с молоком	200	6	134	2,9	2,5	24,8
	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
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2
гастроном	№ 14		БИОИГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	27,3	96,2	4,4	3	6,5
	кисл/молочн		Итого за прием пищи:	735	88,66	1077,1	42,95	40,25	146,15
Обед	овощи свеж	71	Огурцы свежие	100	7,35	12	0,1	0,1	1,9
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	6,6	217,5	5,6	5,4	17,5
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	100/10	39,11	217,8	14,1	18,4	15,7
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	200	5	246,8	6,9	7,3	25,2
	3 блюдо	342	Компот из смеси 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:	1110	88,66	1120,6	35,75	34,15	147,55
	Итого за день		Всего за день:	1845	177,32	2197,7	78,7	74,4	293,7

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

