

Меню на « 25 » апреля 20 13 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 24 » апреля 2013 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы						5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
завтраки													
	Нарезка из свежих огурцов	60	0,39	0,066	2,178	9	12,78	100	0,65	0,11	3,63	15	21,29
	Котлета рубленая из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0	37,66	100	12,13	17,4	9,86	245,0	37,66
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	5,98	180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,20
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,07	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,07
	Кисель «Витошка»	200	-	-	18,4	73,6	8,75	200	-	-	18,4	73,6	8,75
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,79	50	3,84	0,48	23,94	118	2,98
	ИТОГО:	590	25,77	22,25	85,848	636,95	69,03	680	28,77	22,89	104,08	725,55	79,95
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд с маслом	25/10	1,98	8,49	12,05	133,8	7,99	25/10	1,98	8,49	12,05	133,8	7,99
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	10,5	55	4,32	4,98	1,77	68,71	10,5
	Каша манная молочная со сливочным	150/5	3,3	4,35	24,6	124,5	8,40	200/5	4,4	5,8	32,8	166	10,12
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,37	200	3	4	29	152	5,37
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,79	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,79
	Печенье Чоко-пай	30	1,2	4,83	21,15	132	12,5	30	1,2	4,83	21,15	132	12,5
	ИТОГО:	505	16,1	26,9	102,93	681,81	46,55	555	17,2	28,39	111,13	723,31	48,27
обеды обучающихся с ОБЗ													
	Нарезка из свежих огурцов	60	0,39	0,066	2,178	9	12,78	100	0,65	0,11	3,63	15	21,29
	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,0	16	130	4,47	250	7,5	5,0	20,0	162,5	5,58
	Котлета рубленая из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0	37,66	100	12,13	17,4	9,86	245,0	37,66
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	5,98	180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,2
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,07	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,07
	Кисель «Витошка»	200	-	-	18,4	73,6	8,75	200	-	-	18,4	73,6	8,75
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,79	50	3,84	0,48	23,94	118	2,98
	ИТОГО:	790	31,77	26,2	101,848	766,95	43,50	930	36,27	27,8	124,08	888,05	55,53

Шеф-повар

Я. Ян

Т.П. Ярошенко

Меню на « 25 » апреля 2013 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
 « 24 » апреля 2013 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность
Завтраки Диета №8												
	Нарезка из свежих огурцов						60	0,39	0,066	2,178	9	12,78
	Котлета рубленая из курицы						100	12,13	17,4	9,86	245,0	37,66
	Макаронные изделия отварные						150	6,0	2,0	3,6	177	5,98
	Соус томатный						50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,07
	Кисель «Витошка»						200	-	-	18,4	73,6	8,75
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,58
	ИТОГО:						590	25,27	22,26	84,838	622,85	68,82
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Бутерброд с маслом						21,5/1	1,39	7,465	9,708	106,84	7,64
	Каша гречневая молочная без сахара						200/5	9,6	3,2	34,6	206,2	12,36
	Кофейный напиток без сахара						200	0,6	0,2	3,6	18,2	4,09
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,14
	Груша 170г						100	0,4	0,3	10,3	47	38,76
	ИТОГО:						558	13,28	11,38	67,776	418,88	69,99
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Нарезка из свежих огурцов						100	0,65	0,11	3,63	15	21,29
	Суп картофельный с горохом						250	7,5	5,0	20,0	162,5	5,58
	Котлета рубленая из курицы						100	12,13	17,4	9,86	245,0	37,66
	Макаронные изделия отварные						180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,20
	Соус томатный						50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,07
	Компот из свежих яблок без сахара						200	0,18	0,2	9,4	17	5,88
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,21	9,568	40,64	1,14
	ИТОГО:						901,5	33,9	27,8	10,708	754,09	80,82

Шеф-повар

Т. П. Ярошенко

Т. П. Ярошенко