

Меню на « 15 » сентя 20 13 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 12 » сентя
 СОШ №20
 20 13 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													
	Яйцо вареное	40	5,12	4,64	0,28	63,48	6,9	40	5,12	4,64	0,28	63,48	6,9
	Гуляш из говядины с соусом	100/50	14,0	6,0	4,0	130	46,3	100/50	14,0	6,0	4,0	130	46,3
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	5,98	180	7,2	2,4	43,2	212,4	8,20
	Чай с сахаром	200	0,2		15	58	1,55	200	0,2	-	15	58	1,55
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,79	50	3,84	0,48	23,94	118	1,98
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	19,58	80	6,7	5,8	54,2	437	19,58
	ИТОГО:	650	34,32	18,73	123,84	936,28	82,10	700	37,06	19,32	140,62	1018,88	84,51
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд с сыром	25/15	5,35	4,59	11,97	113,3	11,54	25/15	5,35	4,59	11,97	113,3	11,54
	Яйцо вареное	40	5,12	4,64	0,28	63,48	6,9	40	5,12	4,64	0,28	63,48	6,9
	Каша манная молочная со сливочным	150/5	3,3	4,35	24,6	124,5	8,4	200/5	4,4	5,8	32,8	166	10,12
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,55	200	0,2	-	15,0	58	1,55
	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
	Тортик вафельный Боярушка	38	0,76	4,48	8,63	77,9	18,0	38	0,76	4,48	8,63	77,9	18,0
	ИТОГО:	503	17,03	18,3	74,84	507,98	48,18	553	18,13	19,8	83,04	549,48	112,0
обеда обучающихся с ОБЗ													
	Салат из зеленого горошка	60	1,79	3,11	3,75	50,16	26,77	100	2,98	5,19	6,25	83,6	44,61
	Суп с рыбными консервами	200	6,89	6,72	11,47	133,8	16,29	250	8,61	8,4	14,34	167,25	20,4
	Гуляш из говядины с соусом	100	14,0	6,0	4,0	130	46,3	100	14,0	6,0	4,0	130	46,3
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	5,98	180	7,2	2,4	43,2	212,4	8,2
	Чай с сахаром	200	0,2		15	58	1,55	200	0,2	-	15	58	1,55
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,79	50	3,84	0,48	23,94	118	1,98
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	19,58	80	6,7	5,8	54,2	437	19,58
	ИТОГО	820	37,88	23,9	138,78	1056,76	118,26	960	43,53	28,2	160,93	1206,25	142,62

Шеф-повар

Т. П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 15 » *мая* 2013 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 « 12 » *мая* 2013 г.



№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
Завтраки Диета №8												
	Яйцо вареное						40	5,12	4,64	0,28	63,48	6,9
	Гуляш из говядины с соусом						100	14,0	6,0	4,0	130	46,3
	Макаронные изделия отварные						150	6,0	2,0	36	177	5,98
	Чай с сахаром						200	0,2	-	15	58	1,55
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,58
	Булочка						80	6,7	5,8	54,2	437	19,58
	ИТОГО:						650	33,82	18,74	122,83	922,18	81,89

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Бутерброд с сыром						21,5/2	7,08	5,255	10,105	111,95	14,33
	Каша гречневая молочная без сахара						200/5	9,6	3,2	34,6	206,2	12,36
	Чай без сахара						200		0,3		1,2	1,59
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,14
	Яблоко						100	0,4	0,4	9,8	47	23,6
	ИТОГО:						568	18,37	9,07	64,373	406,99	53,02

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Салат из зеленого горошка						100	2,98	5,19	6,25	83,6	44,61
	Суп овсяный с овощами						250	2	3,2	11,5	82	5,23
	Гуляш из говядины с соусом						50/50	14,0	6,0	4,0	130	46,3
	Макаронные изделия отварные						180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,2
	Чай без сахара						200		0,3		1,2	1,59
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,21	9,568	40,64	1,14
	ИТОГО:						851,5	27,47	17,0	74,818	549,84	106,04

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко